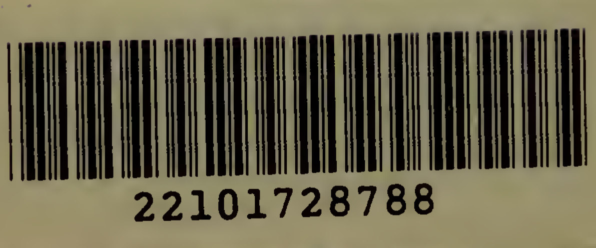
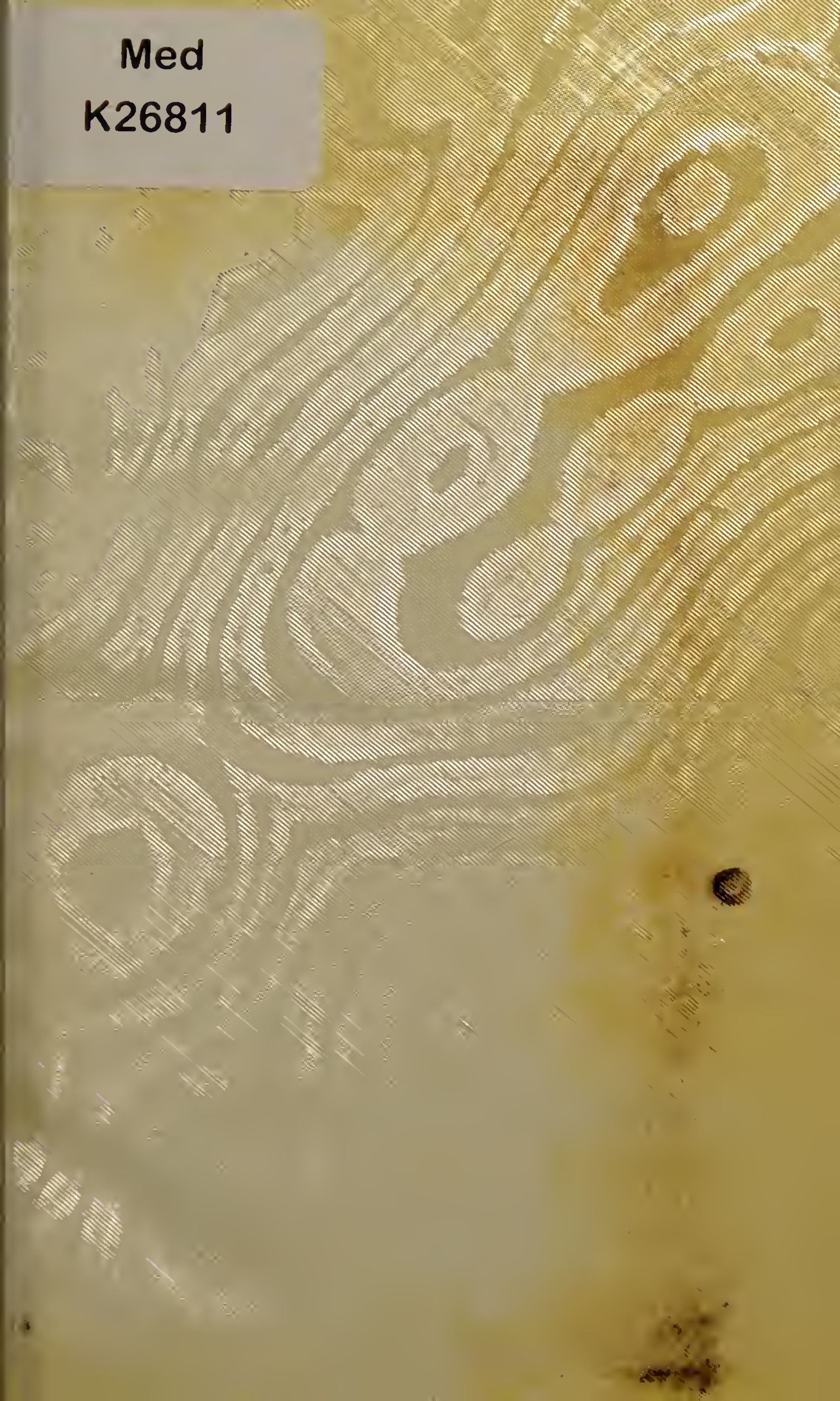





Med
K26811

GUIDE

DES

BAIGNEURS

A

OSTENDE.

Ostende, Imp. de Daveluy.

LE MÉDECIN

DES

BAINS DE MER,

GUIDE DES BAIGNEURS,

PAR

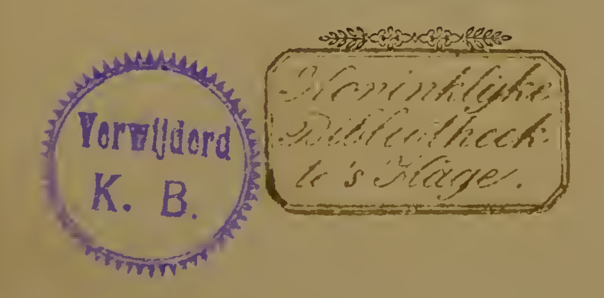
Henri NOPPE,

Chevalier de l'Ordre Militaire de Léopold, Docteur en médecine, en chirurgie et en accouchements, ancien élève du grand hôpital Militaire et Royal d'instruction à Utrecht, ancien médecin de bataillon diplomé et breveté dans l'armée belge, ex-médecin principal de l'établissement de correction de St-Bernard, ex-collaborateur de la Belgique médicale, membre du Comité de publication des Archives de la médecine belge, etc, etc., actuellement praticien et médecin consultant pour les bains à Ostende.

« Hœc homines sanant balnea, vina, Venus,
Hœc homines necant balnea, vina, Venus. »

4me édition,

TOTALEMENT REFONDUE.



1856.

Les trois premières éditions de ce livre ont été accueillies par le monde baigneur avec une bienveillance qui ont engagé l'auteur à faire tous ses efforts pour le porter au degré de perfection dont il est susceptible. Profitant des observations qui lui ont été faites, il a cru devoir éliminer complètement les mots techniques et employer un langage assez clair et assez facile pour le mettre à la hauteur des intelligences et des esprits cultivés, mais étrangers aux études médicales.

Cette quatrième édition est d'ailleurs enrichie de toutes les améliorations et modifications utiles que l'expérience a successivement indiquées depuis la publication de la première édition jusqu'à ce jour.

OPINION DE LA PRESSE.

Sous ce titre : *Le médecin des bains de mer, Guide des baigneurs,* vient de paraître un ouvrage extrêmement utile aux personnes qui se rendent aux bains d'Ostende.

L'auteur n'a pas craint d'entrer dans les plus grands développements pour rendre son travail complet ; aussi n'est-ce pas seulement aux gens du monde qu'il doit être exclusivement destiné, les praticiens y puiseront aussi d'excellents préceptes, et nous les engageons à s'en assurer par eux-mêmes. Une opinion assez généralement accréditée dans le monde, c'est que les bains de mer constituent un moyen thérapeutique dont on peut user, dans toutes les circonstances, sans avoir égard à la constitution, à l'âge et aux diverses maladies des individus. C'est là une erreur déplorable, et M. Noppe s'est attaché à la combattre en signalant au public les inconvénients et même les dangers qui sont la conséquence de l'emploi intempestif ou immodéré des bains de mer : sous ce rapport il a déjà rendu un grand service à la société.

L'ouvrage de M. Noppe est bien fait ; il est généralement écrit avec pureté, et même avec une certaine élégance dépouillée de cette prétention que ne comportent pas les écrits médicaux.

Nous regrettons qu'un travail semblable ne porte pas un titre plus heureusement choisi.

(Encyclographie des sciences médicales.)

M. Henri Noppe, docteur en médecine, etc., à Ostende, vient de publier un petit ouvrage médico-didactique, un espèce de *vade-mecum*, destiné à servir de guide à cette foule de baigneurs qui, chaque année, s'abattent dans tous les ports de mer, pour y chercher, ceux-ci la santé qu ils ont perdue, ceux là un raffermissement dans leur constitution naturellement faible, d'autres encore tout simplement des distractions que les villes désertes ne leur offrent plus pendant la belle saison.

Assez généralement, deux opinions ont seules cours dans la société sur l'efficacité des bains de mer. Pour les uns, c'est une espèce de panacée universelle qui doit guérir tous les maux, depuis le plus innocent mal d'aventure jusqu'aux fièvres les plus malignes. Pour d'autres, au contraire, leur efficacité est tout à fait illusoire, mais ces bains ont du moins cela de bon que s'ils ne font pas du bien, du moins ils ne peuvent pas faire du mal. M. Noppe s'attache d'abord à démontrer tout ce qu'il y a d'erroné dans chacune de ces opinions exclusives ; il lui suffit, pour réfuter la dernière, de présenter l'analyse chimique des agents qui entrent dans la composition de l'eau de mer. Plusieurs de ces agents sont exclusivement actifs, et il est absurde de prétendre dès lors qu'ils ne doivent pas exercer une influence quelconque sur l'organisme. Mais cette influence est-elle salutaire? Quels sont du moins les cas où elle peut l'être? Voilà ce que M. Noppe s'est proposé de s'expliquer. Quoique praticien d'une ville maritime renommée par un établissement de bains, il se garde bien de présenter à son tour le traitement balnéo-iatrique comme un remède universel. Mais il démontre que ce traitement est efficace pour la plupart des maladies, pourvu qu'il soit suivi dans certaines conditions, d'après certains principes

qu'il énumère avec clarté et précision. *M. Noppe prend le baigneur à son arrivée dans la ville de bains, et le conduit par la main jusqu'à la fin de la saison.*

Tous les préceptes, toutes les précautions, tous les cas dans lesquels il faut s'abstenir sont indiqués avec minutie. C'est un véritable et indispensable manuel digne du succès qu'il doit nécessairement obtenir auprès de tous ceux qui fréquentent les ports de mer et Ostende en particulier. — Nous l'avons déjà dit, son ouvrage nous paraît éminemment utile.

(*L'Indépendance belge.*)

Nous venons de lire avec attention un excellent ouvrage publié par M. le docteur Noppe, médecin praticien à Ostende. C'est *le médecin des bains de mer*. Cet écrit, dans lequel l'auteur a consigné le fruit de sa longue expérience, témoigne des connaissances spéciales qu'il a acquises sur le sujet qu'il traite. Nous ne pouvons faire un plus bel éloge de ce livre qu'en le recommandant d'une manière toute spéciale aux nombreuses personnes qui, par raison de santé, se rendent chaque année aux bains si éminemment utiles; elles ne peuvent trouver un plus sage ni un meilleur guide.

(*L'Emancipation belge.*)

Un de ces livres dont nous aimons à rendre compte, parce qu'il est écrit avec conscience et une parfaite connaissance du sujet qu'il traite, vient d'être publié par M. le docteur Noppe, médecin praticien à Ostende. — *Le médecin des bains de mer.* renferme de sages préceptes et d'utiles conseils qui dénotent chez l'auteur un profond esprit d'observation. Cet ouvrage, nous n'en doutons pas, sera favorablement accueilli par les nombreuses personnes qui vont demander aux différents établissements de bains la guérison de leurs maladies, et nous ne pouvons trop le leur recommander.

(*Le Politique.*)

Le Guide des baigneurs, tel est le titre d'un excellent ouvrage que vient de publier M. le docteur Noppe, médecin praticien à Ostende. L'auteur a fait preuve dans cet écrit, de connaissances spéciales sur le sujet qu'il traite; aussi ne donne-t-il que des préceptes basés sur sa longue expérience. — Nous ne pouvons trop recommander ce livre, d'une diction claire et précise, aux nombreuses personnes qui se rendent chaque année aux bains si avantageux, auxquels elles vont demander le rétablissement de leur santé.

(*Allgemein Zeitung*)



PRÉLIMINAIRES.

Les gens du monde, en général, vantent les bains de mer comme un remède à tous maux, ils ont tort. Mais auraient tort aussi ceux qui voudraient restreindre leur valeur à celle d'une simple unité parmi les moyens médicaux. La mer vaut à elle seule plusieurs des agents les plus héroïques sortant des bocaux du pharmacien, pour combattre certaines classes de maladies déclarées et patentes. Elle les surpasse tous dans la vertu d'entretenir la santé comme dans celle de réhabiliter les organisations affaiblies et qui ne sont que maladives, soit que la souffrance tienne à une convalescence pénible après les maladies graves, soit qu'elle dépende d'une lésion moins importante et obscure, mais tenace et progressive. Seulement pour obtenir ces fruits l'emploi doit être légitime; des mécomptes terribles paient l'oubli des contre-indications.

Cette action puissante de la mer explique pourquoi, parmi les innombrables baigneurs appartenant en général aux rangs les plus illustres de la société européenne, qui chaque année affluent à Ostende pour pratiquer ses bains, dans un but de conservation ou de rétablissement de leur santé, la plupart voient leurs espérances se réaliser. Ce sont généralement ceux qui dans l'emploi des bains de mer se font guider par les conseils d'un médecin éclairé ; ou qui, et cette catégorie est très-limitée, favorisés par un concours de circonstances du hasard, réussissent à se baigner avec les conditions rationnelles.

Mais cette même action, par contre, explique aussi pourquoi d'autres ne ressentent de leur usage que des effets nuisibles. Ce sont ordinairement ceux qui, se fiant aux inspirations aveugles de ce qu'ils appellent leur instinct, ou s'appuyant sur les calculs erronés de leur jugement, font un emploi peu judicieux, et non rarement funeste, d'un moyen offrant de si précieuses ressources de santé sous une bonne direction médicale.

Bien des personnes, d'un autre côté, sont dupes de cette fausse opinion : que se baigner dans la mer est la chose la plus simple et la plus innocente au monde. Qu'elles se détrompent : on doit apporter non moins de soins à suivre les règles que l'art prescrit pour l'emploi des bains de mer, qu'on n'en met à faire usage de tout autre remède énergique. Pris mal

à propos, les bains nuisent d'autant plus, qu'ils sont plus efficaces et salutaires quand on s'en sert opportunément.

Il n'est donc pas étonnant qu'on rencontre souvent des cas où non seulement les bains de mer restent impuissants, mais deviennent même pernicieux; et cela par défaut de soins, d'attention, et par le dédain ou l'ignorance des préceptes balnéographiques qui doivent guider dans l'emploi de cet agent d'ailleurs si renommé à juste titre. C'est ainsi que souvent le succès échappe, le préjugé s'établit, et l'art de guérir finit par se voir privé d'un secours qui, employé dans les conditions convenables et à propos, parvient souvent à l'emporter sur tous les autres.

Plus un moyen est répandu et pour ainsi dire à la mode, plus aussi on doit craindre les abus qu'il peut entraîner dans son emploi, et qui en sont presque toujours inséparables.

On ne peut assez le répéter : bien que le succès des bains de mer soit immense et gagne encore tous les jours du terrain, il n'en faut pas conclure qu'on pourra indistinctement les accorder dans toutes les circonstances, et qu'ils conviendront à toutes les personnes, à toutes les maladies, à tous les âges et à toutes les constitutions. Non plus qu'aucun autre remède, l'eau de mer n'est point une panacée. Combien de valétudinaires et même de personnes bien portantes s'en retournent maudissant la mer et

la mode; trop heureux, les uns, quand ils n'ont pas contracté une maladie sérieuse en échange de leur santé, les autres, quand ils n'ont pas exagéré l'état de faiblesse qu'ils voulaient combattre, ou rendu leur état maladif au-dessus des ressources de l'art!

L'imprudence des baigneurs qui font un usage inconsidéré des bains de mer ne saurait donc être trop blâmée, la série des nuisibles conséquences que cette pratique erronée mène à sa suite étant considérable. Sans doute quelques organisations robustes peuvent s'exposer impunément; mais que la grande majorité se méfie du néfaste exemple.

L'exposé précédent de cette fâcheuse considération, qu'on ne trouve dans les écrits spéciaux sur la matière que des préceptes vagues, généraux, et d'une application difficile aux cas particuliers, nous ont déterminé à publier cet ouvrage. Contribuer à *populariser* un remède réellement utile; répandre ses bienfaits parmi la société des baigneurs, en spécialisant avec clarté et précision les maladies et les dérangements naissants ayant de la tendance à devenir des maladies déterminées, qui en réclament l'usage; indiquer intelligiblement les différentes modifications dont il est succeptible pour s'en servir avec sécurité et prompt succès : tel est le but que nous nous sommes proposé.

Pour atteindre ce résultat autant que nos forces nous le permettent, et, en même temps, afin que ce

travail puisse servir de guide aux baigneurs et leur permettre jusqu'à un certain point de se passer des avis du médecin, nous avons préféré lui donner une forme didactique.

Nous avons également compris que, notre livre ayant une destination essentiellement pratique, les discussions théoriques nous étaient à peu près interdites; nous avons encore dû écarter, à notre grand regret, à peu près complétement la partie scientifique; et si, sous ce rapport, l'ouvrage n'est pas digne du patronage des médecins, qu'ils lui soient moins sévères, en prenant en considération la pureté de nos vues.

Ajoutons que nous n'avons pas craint d'encourir le reproche d'être minutieux sans nécessité, en insistant particulièrement sur la distinction des caractères différentiels et individuels des maladies, et sur toutes les circonstances propres à faire réaliser aux baigneurs la plus forte somme de bénéfices pour la santé, qu'ils peuvent respectivement attendre des bains de mer et de leur séjour sur la côte de Flandre pendant la belle saison.

Dr Noppe.

Coup d'œil préalable sur les qualités et le mode d'action des bains de la mer du Nord.

Bien que l'efficacité des bains d'Ostende soit proverbiale, un petit nombre d'incrédules traitent encore aujourd'hui de fabuleuses les guérisons remarquables qu'on obtient par leur emploi rationnel. Ce scepticisme provient en majeure partie de ce qu'ils ne reconnaissent pas ou plutôt de ce qu'ils s'obstinent à ignorer que ces bains jouissent de propriétés curatives supérieures dans des cas donnés.

Cependant ces rares détracteurs, mus sans doute par l'éclat et l'évidence des cures merveilleuses dont chaque année est témoin un nombreux et éclairé public, viennent quand même s'installer sur notre côte. Or, pour déguiser, faut-il croire, leur conviction tacite, ils appuient leur muette adhésion sur ce raisonnement, qu'aux bords de l'Océan rien ne les

empêche de conserver ou de récupérer leur santé, de même qu'ils pourraient le faire par le séjour dans toute autre région où règnent de bonnes conditions d'hygiène et des éléments de distraction équivalents. Cette concession a ses avantages : elle fournit à la mer généreuse l'occasion de répandre sa bienfaisance même sur la santé de ceux qui viennent la visiter avec indifférence et sans conviction sur sa vertu.

C'est afin de justifier complétement aux yeux du monde baigneur l'importance toujours croissante que les bains de mer acquièrent dans le domaine médical, et d'autre part afin d'inspirer une confiance entière aux tièdes partisans qui, s'opiniâtrant à ne voir dans la vogue dont ils jouissent qu'un enthousiasme prolongé de la mode, s'efforcent de refuser à ce puissant moyen, établi sur des conditions positives de la science, toute valeur médicale réelle, que nous présentons à l'appréciation les considérations suivantes :

La température de l'eau de la mer, pendant la saison des bains, atteint rarement, dans la mer du Nord, la moitié de celle qui est propre au corps de l'homme.

Le baigneur éprouve donc, à son entrée dans l'eau, un *froid* dont l'action provoque instantanément un saisissement, un ébranlement nerveux de tout le corps, et une sorte de contraction et de crispation de la peau, qui se communique aux muscles et aux organes de l'intérieur.

A cause de sa basse température, l'eau enlève au corps, pendant tout le temps qu'il y reste plongé, une plus ou moins grande quantité de calorique.

Cette perte du calorique animal, lorsqu'elle est courte et modérée, émousse la sensibilité des nerfs superficiels, répercute le sang de la surface du corps vers le centre, et, arrêtant la transpiration de la peau, augmente l'humidité du souffle de la respiration et la quantité des urines.

A la suite de la soustraction au bain du principe de la chaleur, soustraction dont la durée ne dépasse jamais impunément certaines limites, le corps ne tarde pas, à la sortie de l'eau, à rentrer sous l'empire des lois vitales qui tendent toujours à ramener dans les fonctions des êtres organisés l'équilibre momentanément suspendu, et les phénomènes de la réaction se déclarent. En d'autres termes, le sang qui s'était accumulé dans les organes du centre reflue vers les parties de la surface.

Tant que dure la réaction, le sang est lancé vers la périphérie en plus grande quantité et avec plus de vitesse qu'auparavant, ce qui augmente tous les actes fonctionnels qui ressortissent de la peau. De là la rubéfaction sanguine extra-normale et le redoublement de la perspiration de ce tissu ; de là le degré élevé de la chaleur animale et l'insensibilité de la peau au froid de l'air et au contact des corps extérieurs ; de là aussi la sensation de bien-être et la

disparition de la douleur dans les nerfs de la circonférence, dont la sensibilité était exaltée jusqu'à l'état morbide; et enfin de là la liberté et l'ampleur de la respiration, qui, sous l'impression de l'eau froide, s'était montrée convulsive et sanglotante.

Tel est le résultat de l'action et de la réaction du bain de mer convenablement dosées. Or, quels seront les effets de ces doses convenablement répétées? qui dit réaction en ce sens, dit lutte victorieuse de l'organisation contre une action nuisible. L'ennemi c'est le froid, la chaleur c'est la vie. Le corps qui subit le froid sans effectuer de réaction perd la vie, et la perdra jusqu'à la mort si le froid persiste et que la réaction continue à faire défaut. Quand, au contraire, la lutte est suivie de la victoire, quand la chaleur s'accroît sous l'impression du froid, il y a vigueur nouvelle de la force vitale.

La répétition de ces luttes et de ces succès, ou, pour mieux dire, la répétition du flux et du reflux du sang, traduits par un courant alternativement centripète et centrifuge, agrandit le mouvement général, ravive le jeu vital des rouages et amène le déchet de la machine. Le déchet appelle la réparation au moyen de la nourriture. La nourriture est assimilée, elle entretient, lubrifie, et accroit la machine; les forces augmentent : on arrive graduellement à des résultats considérables.

Aussi, on peut dire que la partie est gagnée pour

le malade languissant chez lequel les phénomènes de l'action et de la réaction se développent pleinement, sans entraves, un nombre de fois suffisant. C'est ici que la mer triomphe avec le plus d'éclat : elle fait réellement prodige dans les états d'abattement et de faiblesse dont la durée est infinie et dont le caractère tenace affaisse les ressorts du moral et du physique. Tous les médecins connaissent le champ pénible et ingrat dont il s'agit; et beaucoup d'entre eux nous livrent volontiers cette partie de leur domaine.

Or, l'attente de ces confrères confiants est rarement trompée; car, l'expérience le confirme, l'action du bain, dans les maladies de langueur et les convalescences traînantes, répétée et augmentée à propos, réveille les facultés des rouages du corps. Ceux-ci sortent de l'inertie dans laquelle ils mouraient; leur sensibilité propre renaît et s'accroît. A cette secousse, à ce mouvement combiné de toutes les molécules vivantes de l'édifice humain correspond le retour des bonnes digestions. L'assimilation, nous venons de le dire, reçoit une impulsion nouvelle. L'activité des autres fonctions s'accroît à son tour; les organes étiolés se raniment et se développent; la vigueur ou le bien-être se prononcent là où le marasme ou la douleur flétrissaient l'existence; la renovation des forces se soutient; l'organisation rajeunit; le mouvement est général. Dès lors la locomotive marche. Mais pour notre machine organisée le mouvement

c'est la vie, et la vie entretient et répare avec une sollicitude particulière un rouage, un organe endommagé.

A ceux qui douteraient encore de l'action de cet élément, *le froid,* nous rappellerions que, dans l'antiquité grecque et dans l'antiquité romaine, il fut appliqué comme un moyen puissant d'éducation physique; que Celse recommande les bains froids contre les influences délétères des saisons humides; que Galien les prescrit pour *épaissir* la peau, la rendre insensible au froid et braver les intempéries de l'air; le même auteur enseigne, en outre, qu'ils rendent les membres vigoureux et propres à l'exercice.

Au surplus, de nos jours les bains froids, en général, jouissent d'une grande vogue dans la société, et sont surtout recherchés pour entretenir la vigueur du corps. On les voit aussi figurer comme une pratique fréquente dans l'histoire des mœurs et des coutumes des *hommes du Nord.*

D'autre part, depuis longtemps les médecins envisagent le bain froid comme tonique par excellence, et comme propre à prévenir et à guérir certaines maladies par l'activité qu'il imprime à la transpiration de la peau et aux organes qui séparent du sang les molécules détériorées et les expulsent au dehors.

Ce n'est pas tout : quel est l'agent principal sur lequel repose tout le système de Priessnitz de Græf-

fenberg, si ce n'est *le froid?* Quel autre principe prédominant invoque-t-on pour interpréter la vertu curative et préventive des bains domestiques à basse température, des immersions, des affusions d'eau froide ordinaire? N'est-ce pas du *froid* que les médecins attendent l'effet calmant et antagoniste de l'inflammation locale, lorsqu'ils prescrivent les arrosements continus d'eau froide ou les applications de glace sur la tête dans les inflammations du cerveau ou de ses enveloppes?

Mais le froid n'est pas le seul principe actif de l'eau de mer : considérée au point de vue de sa composition chimique, elle dévoile une action notable, principalement à la sortie du bain, par la vive stimulation des vaisseaux de ce tissu, due aux particules salines et phosphoriques qui restent attachées à sa surface et qui augmentent, dans des proportions difficiles à déterminer, la durée et l'intensité de la réaction, phénomène dont le développement complet importe tant, nous l'avons déjà dit.

Ces atômes de phosphore et de sel favorisent aussi les *poussées* qui se montrent pendant la cure maritime sur le corps des baigneurs. Ces poussées se localisent indifféremment sur quelques régions de la peau, ou bien s'annoncent sur toute son étendue, sous les formes de boutons variés, de plaques rouges légèrement élevées ou non, de picotements, de cuissons, d'urtications. Il faut également leur attribuer

les modifications qui surviennent dans les produits exhalatoires de la peau, se faisant remarquer, chez les uns, par un état d'onctuosité inaccoutumée de sa surface, chez les autres par sa rudesse.

Envisagée sous le rapport de sa densité, l'eau de mer n'est pas non plus sans quelque valeur, mais à un degré moindre que sous le rapport de ses qualités précédentes. Ses effets ici se bornent à une action purement mécanique : elle comprime et amincit le volume du baigneur, elle refoule, en concurrence avec le *froid*, les fluides vers le centre, et de cette double action il résulte, lorsqu'elle est souvent répétée, un effet résolutif évident sur les engorgements de certaine nature, accessibles à son influence.

Au point de vue de ses mouvements, des vagues et des lames dont l'action sur le corps s'exprime par les mots *douches, percussions, chocs, secousses, frottements*, action qui a lieu suivant des modes et des degrés infiniment variés, la mer contribue aux bons résultats sur la santé par des effets qui sont aussi exclusivement mécaniques. Vagues et lames obligent le baigneur à une véritable gymnastique ; car, pour résister sans être renversé, il doit faire des efforts proportionnés à l'impulsion qui cherche à lui faire perdre l'équilibre au bain ; elles établissent d'ailleurs une sorte de massage résolutif sur les tumeurs situées peu profondément dans les tissus, et concourent à engourdir la sensibilité des parties voisines de

la superficie. De plus, en renouvelant sans cesse l'eau qui se trouve en contact avec le corps, elles favorisent la déperdition de son calorique, résultat très utile, nous l'avons expliqué, lorsqu'il se passe dans des limites convènables. Enfin elles tendent à diminuer l'impression première réfrigerante du bain et à accroitre les signes propres à la réaction par l'excitation qu'elles produisent sur la totalité de la peau.

L'aspect imposant de l'immensité de l'Océan, l'agitation tout à la fois majestueuse et effrayante de ses flots, l'ébranlement et l'impression que reçoivent le corps et l'esprit au moment de l'immersion dans le bain, lorsqu'elle est instantanée, sont de leur côté des éléments d'action éminemment efficaces, surtout contre les maladies nerveuses et certains désordres des facultés mentales. En effet, rien n'est plus réel que la vive perturbation que provoque dans tout le système nerveux le bain de mer employé en quelque sorte par surprise : c'est d'ailleurs un fait vulgaire que rien ne réveille, que rien ne régularise aussi promptement les sens que l'eau bien froide, quelle que soit sa source, aspergée sur la peau nue.

On sait que les maladies des nerfs combattues par les médicaments ordinaires, dès qu'elles ont résisté quelque temps, deviennent inexpugnables ; elles s'invétèrent, s'impatronisent chez le malade qu'elles dominent et exténuent de plus en plus. Bientôt les soins et les prescriptions médicamenteuses des doc-

teurs les plus habiles deviennent impuissants contre le mal et ses progrès. Par suite de sa grande détérioration, la machine vivante ne suffit plus soit à une élaboration utile du remède usuel, soit aux impressions que celui-ci sollicite et qu'il déterminerait dans un corps moins délabré : les ressorts de ses rouages ne peuvent plus répondre à ces impressions, si tant est qu'ils la reçoivent. Or, ce terme des ressources de la méthode pharmaceutique n'est pas celui où s'arrête le bain de mer. Ce remède sait, tant que la machine reste propre au jeu de la vie, favoriser le mouvement, l'augmenter, le régulariser progressivement, sans la briser.

La cure aux bains de mer a encore sur les traitements ordinaires l'avantage de pouvoir se prolonger aussi longtemps qu'on le juge nécessaire, de laisser l'économie exempte de toute intoxication médicamenteuse, et d'épargner, dans des cas spéciaux, les saignées, qui le plus souvent ne sont qu'un emprunt à gros intérêt sur la santé générale pour parer à un besoin momentané.

Doit-on attribuer une part dans la production des effets des bains de mer à l'absorption de l'eau qui a lieu pendant l'immersion du corps? A moins d'admettre que l'eau de mer passée dans le sang à doses homœopathiques possède de la vertu, nous répondons négativement : à cause des courts instants que le corps reste plongé dans la mer et vu l'état de res-

serrement particulier que la peau conserve pendant toute la durée du bain, condition qui rend ce tissu moins perméable, la quantité d'eau qui pénètre est si minime, qu'il serait au moins hasardeux de la placer dans le cadre des éléments actifs du bain de mer proprement dit.

Quelques médecins balnéographes, pour expliquer les prééminentes qualités des bains de mer, attribuent une large part d'action aux courants électriques et magnétiques qui règnent sur les eaux de l'Océan; cependant jusqu'ici rien ne prouve que le principe électro-magnétique sus-maritime agisse autrement sur le baigneur que celui des eaux des fleuves et des étangs, c'est-à-dire que, suivant notre opinion, ce principe n'est pour rien dans la manifestation de la puissance médicale de la mer.

D'autres signalent l'électricité intrinsèque de l'eau de mer comme un élément qu'il faut étudier dans ses effets sur la santé. Mais il faudrait constater l'existence du fluide électrique dans l'Océan, pour connaître toutes ses modifications et déterminer si elles varient selon les diverses conditions de la mer. Après ces recherches, qui appartiennent à la haute physique, resterait l'appréciation des influences que ressent le corps de son contact avec l'état électrique de la mer; car l'électricité, comme corps impondérable, est connue par beaucoup de ses phénomènes, mais nous sommes dans l'ignorance la plus profonde

sur le rôle qu'elle joue dans l'exercice des rouages de la machine animée.

Terminons cet aperçu, d'où l'on nous permettra de conclure, que de l'action collective des agents physiques et chimiques palpables de l'eau de mer, et de l'impression psychique évidente que produit chaque bain, conditions auxquelles il faut ajouter d'autre part l'influence éminemment favorable de l'air sus-marin, ainsi qu'on pourra s'en convaincre plus loin, résultent sur le baigneur des effets patents; que ces effets peuvent produire et produisent souvent, nous tâcherons de le démontrer dans le cours de ce livre, les résultats les plus heureux sur l'état de santé comme sur l'état de maladie.



PREMIÈRE PARTIE.

Quelques mots sur les propriétés physiques et chimiques de l'eau de mer.

Lorsqu'on veut apprécier avec justesse l'action et les effets d'un remède sur nos organes, il est essentiel d'en connaître avant tout les propriétés physiques et chimiques. Nous donnerons donc de suite les principales notions sur ces propriétés de l'eau de mer. Elles méritent d'autant plus l'attention que, par les éminentes qualités qui les distinguent, elles placent cet élément au rang des moyens naturels les plus efficaces auxquels on puisse avoir recours dans des cas spéciaux de maladies ou de dispositions morbides.

Notre intention n'est pas de parler ici de ces prodigieux phénomènes de la mer, tels que le flux et le reflux, son agitation, ses tempêtes, la direction du courant général de ses eaux d'orient en occident, ses trombes, etc. Ces phénomènes excitent au plus haut point, sans doute, la curiosité et l'imagination, mais ont lieu d'après des lois qu'il ne nous appartient pas de faire connaître, et, du reste, n'ont aucun rapport direct avec notre objet.

Ce qui est dit plus bas a rapport particulièrement aux qualités médicales de l'eau de la mer du Nord. Cependant nous indiquons, au point de vue comparatif, les différences physiques et chimiques que l'Océan présente dans les principales places de bains de l'Europe.

Propriétés physiques de l'eau de mer.

Étudions successivement la pesanteur spécifique de l'eau de mer, sa couleur, son odeur, sa saveur, sa phosphorescence, sa température.

Pesanteur. L'eau de mer a une pesanteur spécifique qui n'est pas la même partout; elle augmente ou diminue selon qu'elle est puisée loin des côtes ou dans les environs des fleuves et des rivières. Elle varie aussi selon les époques où on l'examine : c'est ainsi qu'on trouve constamment sa gravité spécifique moindre après de longues et abondantes pluies.

Enfin, la pesanteur spécifique de l'eau de mer, qui est remarquablement plus prononcée que celle de l'eau douce, suit les mêmes variations que son degré de salure, c'est-à-dire qu'elle est en raison directe de la quantité de ses sels.

Couleur. La couleur apparente de l'eau de mer est très variable, et les variations qu'elle présente dépendent de la réflexion de la lumière, à savoir de la réverbération de la nuance du ciel et des nuages qui flottent au-dessus; mais dans quelque endroit qu'on la prenne et à quelque profondeur que ce soit, elle est constamment diaphane, incolore, pourvu qu'on lui ait laissé le temps de déposer les matières hétérogènes qui la troublent plus ou moins, suivant qu'on l'étudie au bord ou au large.

Odeur. De la décomposition des matières animales putrescibles que la mer contient en si énorme abondance, résulte une matière grasse, onctueuse, qui communique une odeur spéciale nauséabonde. Cette onctuosité odorifère, remarquable à la surface et dans le voisinage des côtes, diminue à mesure qu'on s'en éloigne et qu'on puise l'eau dans des couches plus profondes. D'après des expériences concluantes, celle prise à deux cents pieds de la superficie en est entièrement exempte.

Saveur. L'eau de mer se distingue encore par un goût salé, âcre et bitumineux. Ses principes constituants, provoquent dans la bouche un degré d'amer-

tume qui fait qu'elle est repoussante de prime abord. Cette propriété varie suivant les latitudes et les influences de la température climatérique des différentes mers. Ainsi, elle sera plus marquée vers l'équateur, où les ardeurs du soleil vaporisent l'eau en plus grande quantité que dans les régions froides, près des pôles. Par l'effet de cette évaporation, les sels se trouvent plus condensés; car la vapeur qui s'élève de la mer consiste en eau pure volatilisée, ne contenant point d'éléments salins. Dans l'Océan Atlantique, sous la ligne, où l'action du soleil est verticale et dans toute sa force, une livre d'eau de mer contient près de trois onces de sel; dans la Méditerranée, deux onces; sur les côtes de la Grande-Bretagne, elle n'en présente plus qu'une once, et dans le nord de la Baltique cette portion se réduit à deux gros.

Phosphorescence. La phosphorescence de la mer est un autre phénomène, plus curieux, que l'on observe certains jours, à la surface de l'eau, et qui n'est appréciable à la vue que dans l'obscurité. Ce merveilleux phénomène a généralement lieu sur la côte de Flandre toutes les fois que l'air du jour a été sec et peu hygrométrique, surtout lorsque le vent souffle du nord-est. A Ostende les parties agitées seules, telles que le sommet des vagues, le bord spumeux des lames, leur point de contact avec la plage, la digue ou les pilotis, le sillage des embarcations, l'eau

frappée par les avirons, les roues, ou par le choc ou le ricochet d'une pierre, à Ostende ces parties seules, disons-nous, se montrent lumineuses et semblent enflammées. Pendant les chaudes et belles soirées de l'été, c'est un spectacle admirable à contempler : on dirait que les navires à l'entrée du port voguent sur un lac de punch flambant et que des sillons ou de larges nappes de feu, sous la vertu omnipotente de la baguette magique, paraissent et disparaissent alternativement le long du bord de la mer, à la droite et à la gauche du spectateur, aussi loin que peuvent porter ses regards émerveillés.

Lorsque la mer est phosphorescente, état que rien dans son aspect ne permet d'affirmer pendant le jour, le bain détermine chez la plupart des baigneurs à peau fine, délicate, susceptible, une démangeaison très-vive, une sorte d'urtication qui provoque presque généralement aux novices une inquiétude assez forte. Chaque fois qu'il nous arrive d'être consulté pour ce motif, nous osons annoncer d'une manière presque sûre, que la mer va avoir le soir ses prodigieux effets lumineux.

Mais quelles peuvent être les causes de cette phosphorescence ? Notre opinion est entièrement conforme à celle qui attribue le phénomène à la présence momentanée et accidentelle dans la mer d'animalcules, mais plus particulièrement de matières animales et végétales marines en putréfaction, susceptibles de

dégager du phosphore, lesquelles surnagent en vertu de leur légèreté et sont rendues lumineuses par toutes les causes possibles de frottement.

Température. Une autre particularité de la mer, c'est qu'il arrive que sa température à la surface est supérieure à celle de l'atmosphère. Cette circonstance, qu'on observe d'abord avec surprise, s'explique tout naturellement par la densité de l'eau, qui est plus grande que celle du fluide aérien. Dans les variations brusques de température, l'atmosphère abandonne tout-à-coup sa chaleur; mais l'eau de la mer n'abandonne que graduellement à l'air l'excès de calorique qui lui a été communiqué par le rayonnement solaire.

Par le même motif, la terre, sous l'influence du soleil d'été, reçoit un plus grand degré de chaleur et le conserve bien plus que ne peut le faire l'eau; puis, longtemps après le solstice, elle continue de céder aux eaux de l'océan contiguës aux rivages une portion du calorique qui s'y était accumulé. De là vient que l'on trouve le bain plus chaud quelques semaines après le milieu de l'été, qu'à une pareille distance de temps avant cette période de l'année.

A température égale, l'eau de la mer semble toujours plus chaude que celle des rivières : cette particularité dépend de la nature plus excitante de la première.

La mer, dans ses différents degrés thermométri-

ques annuels, suit les variations de la température atmosphérique ; c'est-à-dire qu'elle suit les variations de l'influence du soleil sur la surface de la terre. La température est plus élevée à la superficie de l'eau ; et, loin des rivages, elle baisse d'autant plus que l'eau que l'on explore est plus profonde. A cause des motifs énoncés plus haut, à savoir la densité de l'eau qui est plus grande que celle de l'atmosphère, l'époque de l'année et les heures du jour ont moins d'influence sur sa température que sur celle de l'air qui flotte au-dessus.

A Ostende, pendant la *saison*, on remarque qu'au temps où le flux arrive entre une et trois heures après midi, la température des bains de mer dépasse de sept à huit degrés centigrades (c'est l'échelle dont nous nous servons toujours) celle du matin. Cet excès de calorique momentané, qui n'a lieu que les jours où le soleil darde sans interruption, est due à la chaleur que le sable acquiert pendant le reflux, et qu'il abandonne ensuite aux lames d'eau qui le recouvrent successivement pendant la marée montante.

Il est d'observation que la mer augmente, année ordinaire, progressivement de température depuis le commencement jusqu'à la fin du mois de juillet, suivant une proportion dont la moyenne est d'un tiers de degré environ dans un jour. Cette ascension graduelle du thermomètre se fait indépendamment et en quelque sorte en dehors des influences météoriques, qui parfois cependant font monter ou baisser subite-

ment la température de l'air sus-marin de sept degrés et au-delà.

Dès les premiers jours du mois d'août, la température de la mer a atteint sa plus grande élévation de l'année, laquelle se maintient régulièrement jusqu'à la fin de ce mois ; et ce n'est que par des variations extrêmes dans la température de l'atmosphère qu'elle dévie de cette régularité.

Dans une proportion journalière décroissante, analogue à sa marche ascensionnelle de juillet, la mer, durant tout le mois de septembre, perd successivement le calorique qu'elle avait absorbé pendant l'époque de chaleur.

Nous venons de dire tantôt que les différents états météoriques n'influent en rien sur les degrés thermométriques de la mer ; cependant certains vents marquent leurs effets sur eux, mais d'une manière très peu sensible, eu égard aux oscillations souvent très grandes que subit la température de l'atmosphère lorsqu'ils soufflent. Ainsi le vent S. et le vent S. E. font souvent hausser celle de la mer de un degré à un degré et demi ; celui d'O. et celui du S. O. la font toujours baisser, et cela dans des proportions à peu près semblables.

La température de la mer varie selon les heures de la journée. Le matin avant onze heures, elle est à son *minimum,* et conserve son *maximum* depuis midi jusqu'à cinq heures de l'après-dîner.

Pendant la saison, à Ostende, le thermomètre plongé dans les eaux qui remplissent les carrés des bains, marque aux heures qu'on les fréquente, terme moyen, de dix-sept à dix-huit degrés. Tandis que la moyenne de la température de la plage, pendant la même époque, y est de seize degrés et demi.

Notons incidemment pour satisfaire les esprits curieux que la moyenne thermométrique hivernale de la mer est de quatre degrés.

Il résulte d'explorations comparatives, faites en été, que les eaux de la Méditerranée marquent quatre à cinq degrés de plus que la mer du Nord, et cette différence est plus notable encore pour l'air qu'on respire sur ses côtes, dont la température parfois s'élève à vingt-neuf ou trente degrés, et même plus.

Cette différence dans la température des eaux et de l'atmosphère des côtes, en rapport avec les diverses régions de l'océan, explique assez l'efficacité relative des bains des différentes places en renom situées sur ces côtes. Elle rend suffisamment compte de l'infériorité que la Méditerranée manifeste dans la nature et l'intensité de ses effets sur toute la classe des maladies qui réclament des éléments qui fortifient et qui ravivent le mécanisme organique; car, à mes yeux, le *froid* du bain et le *froid* de l'air qui l'entoure jouent un grand rôle pour amener d'heureuses modifications dans la santé de ceux qui se baignent dans la mer du Nord.

Mais, par contre, les bains et l'air de la Méditerranée, se distinguant par un degré thermométrique notablement plus élevé, sont préférables pour les affections de poitrine et autres, dans lesquelles les bains et un air plus froids sont nuisibles.

TABLEAU *synoptique et comparatif de la moyenne de la température de la mer dans les principales places de bains en Europe.*

INDICATION		NOMS	ÉPOQUE	DEGRÉ DE TEMPÉRATURE D'APRÈS L'ÉCHELLE CENTIGRADE.
DES MERS.	DES PLACES DE BAINS.	DES Explorateurs.	DES EXPLORATIONS pendant LES ANNÉES ORDINAIRES.	
Mer du Nord.	Brighton, Margate, et en général sur les côtes orientales de l'Angleterre,	Hunter.	Pendant la saison des bains.	17 50
	Norderney.	Wolff.	Du 15 juillet à la fin du mois d'août.	17 75
	Helgoland.	Vogel.	Idem.	16 00
	Cüxhaven.	Murhy.	Idem.	16 25
	Scheveningen.	D'Aumerie.	Du 15 juillet à la fin de septembre.	17 80
	Ostende.	Noppe.	Du 15 juin au 15 octobre.	17 00
	Travemunde.	Dr Sass.	Saison des bains.	18 60
Mer Baltique.	Swinemünde.	Kind.	Idem.	18 50
	Doboran.	Dr Vogel.	Idem.	16 10
	Kiel.	Dr Paff.	Pendant la deuxième quinzaine de juin.	18 80
			Pendant le mois de juillet.	17 90
			Pendant le mois d'août.	20 00
Océan Atlantique.	Dieppe.	Gaudet.	Pendant les 3 mois d'été.	18 02
Mer Méditerranée.	Marseille.	Mürhy.	Du 15 juin à la fin de septembre.	21 15
Mer Adriatique.	Trieste.	Idem.	Idem.	22 50

En jetant un regard sur le tableau précédent, on peut facilement se convaincre que la différence qui existe entre la température des mers du Nord, de la Baltique et de l'Océan Atlantique, est insignifiante. La Méditerranée seule, entre les mers citées, se distingue par une température sensiblement plus élevée.

Cette particularité la rend utile, nous l'avons dit, aux poitrinaires et à une certaine catégorie d'autres valétudinaires à qui les bains d'Ostende doivent être défendus à cause de l'activité de leurs éléments dont le degré dépasse celui qui convient à ces personnes.

Propriétés chimiques de l'eau de mer.

Si les qualités physiques de l'eau de mer sont d'une grande importance pour expliquer l'influence de ses bains sur la santé, ses éléments chimiques constituants présentent aussi un haut degré d'intérêt.

Aucune autre eau minérale n'offre à l'analyse autant d'éléments salins. Mais examinée aux abords du rivage, elle contient une grande quantité de corps hétérogènes mêlés aux matériaux qui en forment partie intégrante, tels qu'un nombre infini de débris ténus d'animaux, de végétaux, et des particules de sable, qui la troublent et la disposent à une prompte putréfaction.

On sait que la proportion des parties salines s'ac-

croît en raison de la distance des côtes, et que les mers équatoriales renferment le plus de sels; mais on ignore si dans les différentes mers l'eau est plus salée dans sa profondeur qu'à sa superficie.

L'analyse chimique de l'eau de mer puisée devant Ostende, fournit sur cent parties les éléments suivants :

Chlorure de sodium.	2,337
Sulfate de magnésie.	0,528
— de chaux.	0,064
Chlorure de magnésium . . .	0,486
Bromure de magnésium . . .	0,144

Le restant de la substance brute est composé de minimes quantités de potasse et d'iode, plus, de quelques traces de fer. On trouve en outre au début de l'opération, mêlée à l'eau, une certaine quantité de gaz acide carbonique libre.

Suivant Lagrange et Vogel, les éléments chimiques de l'Océan Atlantique, sur une livre d'eau, sont :

Chlorure de sodium.	26,616
— de magnésium . . ,	5,833
Sulfate de magnésie	6,465
— de chaux	0,150
Carbonates de magnésie et de chaux	0,200
Acide carbonique	0,230

L'eau de la Méditerranée, recueillie devant

Marseille et analysée par M. Laurent, a donné :

Chlorure de sodium.	27,220
— de magnésie	6,140
Sulfate de magnésie.	7,020
— de chaux.	0,150
Carbonates de chaux et de magnésie	0,200
Acide carbonique	0,200
Iode	(traces).
	40,940.

Quelques célèbres chimistes, outre ces substances, y ont découvert de petites quantités de potasse et de brôme.

Indépendamment de tous ces principes qu'on rencontre dans l'eau de mer, et qu'on doit regarder comme ses éléments essentiels, la science la trouve presque toujours mélangée avec de minimes parties de matière extractive, qui doit son origine à la décomposition des innombrables corps organisés qui vivent et meurent dans son sein. C'est à cette substance qu'il faut rapporter le goût nidoreux qu'elle occasionne quand elle est prise à la surface de la mer près du rivage.

Ces analyses et tant d'autres qui ont été faites, jointes aux recherches de MM. Wollaston, Balard, Vogel, Neuber, Laurent, Paff, Thompson, Gay-Lussac, etc., prouvent que les différentes mers contiennent des proportions très-variables de substances

salines. Leurs investigations ont établi l'échelle comparative que voici :

Sur 100 parties :

La Méditerranée contient en sels . .	4,1 C.
L'Océan Atlantique.	3,8
La Manche	3,6
La mer du Nord, sur les côtes d'Allemagne	3,3
— (golfe d'Edimbourg)	3,0
La Baltique, dans la baie d'Apenrade .	2,2
— près de Doberan .	1,6

D'après ce qui précède, il demeure démontré qu'il importe de connaître l'origine de l'eau de mer, alors surtout qu'on veut l'administrer en boisson. On se tromperait grandement, par exemple, en ingérant dans l'estomac, aux mêmes doses, l'eau puisée sur la côte de Flandre, qui contient environ quatorze grammes de sels, et celle de la Méditerranée, qui en contient près de soixante-quatre.

Nous n'irons pas plus avant dans les détails chimiques, ce que nous en avons dit suffira pour établir qu'il n'est point nécessaire de défendre l'usage médical des bains de mer par des théories purement hypothétiques ; que, bien au contraire, leur réputation est largement soutenue par les puissants éléments qui les constituent et dont l'existence n'est niée par personne, attendu que la physique et la chimie y rendent leur présence irrécusable.

La vogue d'Ostende justifiée.

Nous venons de voir que les eaux des mers du Nord, de la Baltique et de l'Océan Atlantique présentent dans leurs éléments constitutifs, physiques et chimiques, des différences qui ne sont que d'un intérêt très secondaire. Aussi les villes de bains situées sur les côtes respectives ne peuvent-elles se disputer la préférence autrement que par la supériorité de leur situation topographique et certaines autres conditions, étrangères aux qualités intrinsèques de l'eau, mais qui sont néanmoins d'une importance décisive, telles que le prolongement de la plus grande partie de la ville dans la mer même ; l'existence plus fréquente et l'action plus forte des vagues et des lames ; la pureté et l'inocuité du sable de la plage par l'absence de tout corps étranger susceptible de blesser les baigneurs, la pente réellement insensible de cette plage ; son étendue très grande,

solide et bien unie, ôtant jusqu'au soupçon du danger, même aux plus timides ; l'éloignement absolu de fonds vaseux, de marais, d'embouchures, de fleuves ou de rivières, circonstances inestimables qui permettent de fréquenter les bains à toute heure, à marée montante comme à marée descendante, l'eau conservant toujours au même degré sa remarquable intégrité. Outre ces priviléges hygiéniques spéciaux, attachés à la localité, dont la ville d'Ostende est naturellement favorisée au plus haut point, elle offre tous les avantages généraux qui importent aux habitudes du grand monde, à la commodité, à la distraction, au bien-être et, faut-il le dire, à l'économie de ses visiteurs : proximité de la capitale et de plusieurs villes d'une grande célébrité historique ; palais royal ; visites fréquentes, pendant la saison des bains, de S. M. le Roi Léopold et de L.L. A.A. R.R. les Princes et Princesse belges, avec leurs cours respectives ; lieu de passage et de repos préféré des monarques et des personnages de grande dignité ; élégante salle de spectacle ; jolis jardins publics à l'intérieur de la ville ; autour d'elle belles promenades dues à la bienveillante sollicitude et à la surveillance assidue du génie militaire ; longue, large, grandiose digue, très régulièrement pavée au sommet dans toute son étendue avec de la brique rouge unie, sans cesse parcourue par une nombreuse et élégante société ; jetées pittoresques à l'entrée du

port ; fluide atmosphérique maritime le plus pur ; aspect imposant et tout à la fois récréatif, à perte de vue et sans obstacle en tout sens, sur la majestueuse immensité de la mer ; horizon vaste ; attrayants villages à l'entour ; population affable et hospitalière ; habitations saines ; hôtels magnifiques et nombreux, tenus avec tous les soins imaginables sous le triple rapport du mobilier, de la nourriture et de l'hygiène ; logements très-convenables chez la plupart des habitants ; luxueux établissements pour réunions privées ; casino ; cabinet de lecture ; divertissements variés assortis aux goûts et à l'âge ; certitude de la rencontre d'une société d'élite toujours nombreuse. Ostende, ville de garnison, avec son chemin de fer, sa grande et coquette station recouverte, ses charmants bassins, ses nombreux bateaux à vapeur, sa correspondance maritime accélérée, régulière, multipliée avec l'Angleterre, sa poste aux chevaux, ses diligences, son grand nombre de véhicules de toute espèce parfaitement bien conditionnés, ses dociles montures toujours prêtes sur la plage et dans les chemins tortueux et accidentés des dunes ; Ostende ne laisse rien à désirer même aux visiteurs les plus difficiles.

Ce n'est pas tout : pour fixer davantage encore la supériorité exceptionnelle de cette ville favorite, ajoutons, qu'outre les riches conditions déjà énumérées, elle est dotée de plusieurs pavillons élégants et vastes,

bâtis littéralement aux bords des flots amers ; que dans ces établissements les différentes sociétés, suivant leurs goûts et leurs besoins, se recherchent, se rencontrent, se forment et se lient ; et qu'au milieu des amusements les plus paisibles, les plus attrayants, chacun y respire l'air sus-marin dans toute sa pureté.

Mais c'est particulièrement aux baigneurs maladifs et aux valétudinaires, avant qu'ils soient acclimatés ou lorsque le temps est défavorable, que ces constructions sont utiles et indispensables. Indépendamment de toutes les ressources qui concourent au comfort et à l'agrément de la vie, ils y trouvent un moyen assuré de jouir des bienfaits de l'atmosphère de la mer ; et cela, avantage inappréciable, sans rester exposé aux inconvénients d'un air trop vif ou trop frais, ou tout en se soustrayant aux vicissitudes temporaires et éventuelles du ciel.

De la salubrité de l'air d'Ostende.

Pour bien faire saisir la supériorité de l'air de la mer sur celui qu'on respire à l'intérieur des terres, il convient de dire un mot sur l'air en général. Diverses causes tendent sans cesse à introduire dans l'atmosphère des émanations qui l'altèrent et la corrompent; aussi, ce milieu où nous vivons deviendrait-il bientôt un vaste foyer de mort, si la prévoyante nature n'avait placé le correctif à côté du poison. En effet, l'action solaire, par l'effet qu'elle produit sur tout ce qui nous entoure, restitue successivement à l'atmosphère l'oxygène, ce gaz indispensable à la vie, que lui enlèvent la respiration des animaux, la combustion, etc. Mais d'autres agents concourent encore à ce but important : tels sont le mouvement des eaux et l'action puissante exercée par les vents.

On peut conclure de là que les lieux les plus favorables à l'entretien de la vie et de la santé, sont ceux

où ces causes agissent avec le plus d'intensité. C'est ce que l'expérience prouve effectivement à l'égard des contrées parcourues par des fleuves et des rivières ; c'est ce qu'on observe bien mieux encore dans le voisinage de la mer qui communique nécessairement aux couches inférieures de l'air des ondulations plus vives et plus fréquentes. L'influence dont il s'agit se manifeste d'une manière évidente après les grandes tempêtes qui agitent violemment l'air. On a vu sur les côtes maritimes surtout, des maladies opiniâtres disparaître spontanément, des épidémies meurtrières arrêter leur marche après ces violentes commotions aériennes qui semblent confondre tous les éléments.

Indépendamment de ces circonstances bienfaisantes locales, l'évaporation qui s'opère à la surface de l'océan, pendant les temps chauds, enlevant à l'air de la mer une certaine quantité de calorique, le rend plus tempéré et sensiblement plus salutaire. Telle est également la raison pour laquelle la chaleur est moins grande, surtout pendant la saison de l'été, dans les contrées situées aux bords des fleuves et des grandes masses d'eau.

D'autre part l'atmosphère de la mer étant beaucoup plus dense que celle des continents, la quantité d'oxygène qu'on respire sur le littoral est relativement plus grande dans un temps donné. Ce véhicule se distingue en outre par cette particularité, qu'il

contient des atomes salins lorsque les vents soufflent avec violence. Cette double condition marque son importance par d'heureux effets sur les poumons et consécutivement sur tout le corps.

La théorie de la supériorité de l'air sus-marin est basée sur de nombreuses expériences eudiométriques, c'est-à-dire qui ont pour objet l'analyse de cet élément, et sur une foule d'autres preuves tant physiques que chimiques concluantes ; mais nos recherches ayant un but spécialement pratique, nous devons moins nous attacher à expliquer qu'à faire connaître l'action salutaire dont nous nous occupons.

Il serait trop long d'étudier les effets de l'atmosphère spéciale que la mer crée autour d'elle, par rapport à toutes les affections particulières pour lesquelles on la conseille avec un succès notable. Nos efforts tendront simplement à exposer avec brièveté les cas que l'on confie le plus ordinairement avec avantage à son influence curative et préservative. On pourra juger d'après eux de son efficacité dans les circonstances analogues.

L'habitation des bords de la mer pendant les mois de l'été exerce particulièrement ses qualités bienfaisantes sur les enfants. Ses effets sur le physique et le moral, à cet âge, sont si efficaces, qu'on peut les considérer comme un puissant auxiliaire des bains de mer, et même comme un subrogat préexcellent dans les cas où ceux-ci ne sont pas employés.

A Ostende, où l'air de la plage et celui qui circule dans la ville et ses alentours réunissent toutes les conditions de salubrité exquise, on voit les enfants lymphatiques et les enfants pâles, faibles, nerveux, rapidement gagner de meilleures apparences de santé. Au bout de quelques jours déjà, ces petits êtres, venant des grandes cités où ils ont langui au milieu d'un air humide et corrompu, et trop souvent victimes des vices de l'éducation soit publique, soit privée, obtiennent des modifications qui étonnent l'observateur peu habitué à ces transformations accélérées : leur peau rougit, leur visage se colore et brunit, leurs yeux s'animent ; enfin ces tendres organisations acquièrent un caractère de vie et de force qu'elles ont perdu, ou même qu'elles n'ont jamais eu.

L'action stimulante et vivificatrice de l'air de la mer est non moins importante sur les enfants scrofuleux. Apathiques et blafards à leur arrivée, ils gagnent bientôt de la vivacité : leur teint se colore, leur peau devient plus compacte et acquiert plus d'élasticité, leurs membres se fortifient, et la timidité morbide qui les caractérise fait place à la contenance assurée qui est propre à leur âge.

Néanmoins il arrive que l'air marin, en vertu de ses principes qui tonifient les chairs et raniment les forces, favorise l'explosion de certains états anormaux chez les enfants des catégories suivantes :

Ceux de l'âge de deux à dix ans, caractérisés par

des yeux noirs, des cheveux blonds, des chairs molles et une circulation très active de la peau, très irritables, quoique bien constitués d'ailleurs et nés de parents sains, après un séjour plus ou moins long sur les bords de la mer, éprouvent quelquefois de petits accès de fièvre.

Certains d'entre eux à prédispositions glandulaires sont pris, dans les premiers jours, d'engorgements autour du cou.

D'autres enfants, sans distinction ni d'âge ni de constitution, sont tourmentés par des éruptions variées sur différentes parties du corps ; ou leurs vésicatoires, s'ils en sont porteurs, et les anciennes lésions de la peau, fournissent une suppuration plus abondante et plus épaisse.

Chez quelques uns, les selles deviennent plus rares et souvent se suppriment tout à fait.

Tous ces effets exagérés de l'air des côtes ne doivent nullement inquiéter les parents, car ils sont d'un heureux présage, étant l'expression de la mesure de l'activité imprimée aux efforts du mécanisme organique pour rétablir l'équilibre entre ses divers rouages, c'est-à-dire pour récupérer la santé. D'ailleurs, ils sont facilement combattus par un régime alimentaire peu nutritif, par quelques bains d'eau douce à température peu élevée, et par un exercice peu modéré, en continuant les jeux actifs sur la plage.

Les dames sont non moins puissamment influencées par l'air *salin* que les enfants. Il est au plus haut point avantageux :

Aux dames d'une constitution primitivement bonne, mais dont la santé est affaiblie et dégénérée par l'habitation des grandes villes ;

Aux dames qui, affligées d'un tempérament éminemment nerveux, vivent sédentaires au fond de leurs appartements, où elles pâlissent et sont en proie à des étouffements et à une mélancolie sans fin;

Aux personnes à flueurs excessives occasionnées par un excès de faiblesse et de relâchement de tous les tissus ;

Aux personnes qui, par le motif le plus insignifiant et souvent même insaisissable, sont atteintes de migraines et de céphalalgies de toute espèce ;

A celles qui sont affectées de mauvaises digestions habituelles, et, en général, dans tous les désordres de l'estomac qui se lient à un état de faiblesse ;

A celles sujettes pendant la mauvaise saison aux bronchites interminables dues à un état particulier de mollesse de la muqueuse des voies aériennes ;

Aux dames à laxité musculaire, étiolées, pâles, faibles, lentes dans leurs mouvements, et qui éprouvent une sensation habituelle de froid.

Enfin, aux frêles pubères, incomplétement développées, et à périodes mensuelles irrégulières ou incomplètes.

Parmi les jeunes gens et les hommes adultes qui chaque année viennent se restaurer à l'air vif et éminemment mobile de la côte, on remarque que ceux qui sont affaiblis par l'assiduité des travaux de cabinet récupèrent, avec une surprenante rapidité, leurs forces et leur énergie primitives.

Cet élément aérien est également propre au plus haut degré pour guérir la langueur et la perte de l'appétit dont sont si souvent affligés ceux qui, habitant les villes populeuses, y vivent au milieu d'un air stagnant qui brûle et étouffe.

La goutte irrégulière, invétérée, et le rhumatisme vague des muscles, maladies qu'on rencontre si communément parmi les adultes de l'un et de l'autre sexe, s'atténuent sous l'influence de l'atmosphère maritime. Ce fluide agit, dans ces circonstances, à l'instar des excitants que la médecine usuelle applique sur la peau, et en augmente considérablement la transpiration. Une installation plus ou moins prolongée sur la plage diminue non seulement les douleurs et les paroxysmes de ces affections, mais prête en plus au corps un redoublement de réaction vitale contre les temps rigoureux.

Mais si l'atmosphère des côtes pendant la belle saison a le pouvoir d'amender et même de guérir ces nuances de la goutte et du rhumatisme, sa vertu préventive contre ces maladies est bien plus grande : la prédisposition à devenir rhumatisé dépend, dans

un grand nombre de cas, de la susceptibilité exagérée de la peau, en ce qui regarde les intempéries et les variations thermométriques subites de l'air. Or, le fluide aérien salé, en mettant cette enveloppe dans des conditions de résistance soutenue contre ces éléments de causalité, est un moyen prééminent pour prévenir l'invasion des souffrances goutteuses et rhumatismales, ou leur retour, si déjà elles ont existé.

Généralement, les vieillards affaiblis par l'âge ou par une maladie chronique de longue durée acquièrent, après un court séjour au bord de l'Océan, un degré de nouvelle vigueur qu'ils eussent vainement attendu de tout autre moyen. Cependant il faut en éloigner ceux qui sont atteints d'un flux abondant de glaires par les bronches, lié à une dilatation exagérée du tissu spongieux des poumons, car la toux et l'oppression habituelles qui les accablent peuvent s'y exaspérer considérablement.

Enfin, pour résumer en quelques mots les bonnes qualités de l'air de la mer, on peut avancer, sans crainte de contradiction, que cet agent naturel possède toutes les propriétés particulières des médications qui fortifient et restaurent l'édifice humain. Il a même sur eux cet avantage, que l'âge, la constitution, les individualités n'obligent à aucune modification dans son emploi.

Après avoir énuméré les cas particuliers que

l'atmosphère de la mer guérit avec plus ou moins de facilité, faisons connaître les cas, heureusement très peu nombreux, dans lesquels l'influence de cet élément produit, au début, certains dérangements qui cèdent aux plus légers remèdes; et ceux, dans lesquels cette influence doit être proscrite d'une manière absolue.

Ainsi les personnes faibles, à pâles couleurs, sont dérangées subitement par des coliques ou par la diarrhée, disparaissant de même sous l'emploi du thé chaud ordinaire et mieux sous l'emploi du thé de menthe, de mélisse, de camomille, ou bien simplement de frictions sèches sur la peau.

Quelques dames jeunes, nerveuses, souffrent, au commencement de leur arrivée sur le littoral, d'un mal de tête qui les inquiète beaucoup; d'autres ont à se plaindre de maux de dents assez vifs, jusque-là à elles inconnus; d'autres encore éprouvent une oppression et un serrement de poitrine inaccoutumés. Que ces dames se rassurent à leur tour : au bout de quelques jours d'acclimatement ces indispositions cessent spontanément et ne reparaissent plus.

Les personnes sanguines, ayant de l'embonpoint, éprouvent parfois de petites congestions de sang à la tête, que l'on prévient presque toujours par les arrosements copieux, au bain, d'eau de mer sur cette partie, et par l'usage de ce liquide en boisson, jusqu'à effet purgatif.

Mais l'air d'Ostende est directement nuisible :

Aux personnes qui souffrent depuis quelque temps d'une toux sèche, accompagnée d'une grande irritabilité des bronches;

Aux dames maigres, à poitrine étroite et très sensible, surtout si elles sont nées dans le Midi de l'Europe;

Aux malades qui sont en proie à des douleurs fréquentes des organes respiratoires, ont des accès de toux renouvelés, suivis de crachats rouges, et dont les parents sont morts ou sont actuellement victimes de crachements de sang;

Et tout particulièrement aux personnes qui présentent les signes de la phthisie pulmonaire.

A part les exceptions que nous venons de citer très succinctement, il n'existe pas d'état de mauvaise santé où l'on ne puisse espérer de bons résultats d'un séjour intelligent sur le littoral belge.



Des différentes manières de se baigner dans la mer.

Plusieurs manières de se baigner sont usitées; les unes ont plus d'avantage que les autres, et il en est qui sont dangereuses : il importe donc de les faire connaître.

Ce qu'on va lire s'applique principalement aux dames et aux enfants, qui, faibles et craintifs, sont privés des ressources de la natation, ainsi qu'aux hommes qui, débiles et souffrants, ou ne sachant pas non plus nager, ont besoin, pour se baigner, d'un *guide* de leur sexe respectif.

1° La meilleure manière de prendre les bains, lorsque la mer est calme ou que ses vagues sont modérées, est celle-ci : le guide enlève de la *voiture-baignoire* la personne prête à se baigner, la tient couchée dans ses bras la face en haut, la porte dans la mer jusqu'à une certaine profondeur, et là, la plonge horizontalement dans l'eau, en sorte que la

tête et les pieds soient mouillés simultanément. Cette manœuvre, qui dure tout au plus quelques secondes lorsque la voiture a été convenablement placée dans l'eau, s'appelle une *immersion*, et doit être répétée, à chaque bain, un plus ou moins grand nombre de fois, suivant l'indication. Aucune méthode ne prévaut à celle-ci dans toutes les circonstances où la faiblesse est le symptôme prédominant, dans la classe des affections nerveuses qui requièrent un ébranlement profond et soutenu du système dont elles portent le nom, et dans les descentes et autres déplacements de la matrice.

2° Une autre manière, efficace et bonne, consiste à plonger la personne dans l'eau comme il vient d'être dit, et pendant qu'elle reste allongée, *faisant la planche*, à la traîner dans la mer, *entre deux eaux*, en lui prêtant légèrement soutien aux épaules et mieux autour de la taille au moyen d'un large ruban. Ce mode de se baigner, qu'on fait durer autant qu'il est jugé nécessaire, n'exclut point, si le cas l'exige, les mouvements continuels des bras et des jambes, semblables, pour le résultat sur la santé, à ceux exercés pendant la véritable natation. Il est le plus en usage à juste titre et convient réellement à la pluralité des baigneurs.

3° Une troisième méthode de prendre les bains, mais qui est vicieuse, est celle-ci : le guide porte le baigneur dans la mer, et, le plongeant la tête la première, fait décrire à son corps, sous l'eau, une ligne

courbe plus ou moins longue. Ce mode de faire, qui à chaque bain est renouvelé plus ou moins souvent, suivant les circonstances, l'ignorance ou le caprice du guide, effraie inutilement les personnes, cause même à beaucoup d'entre elles un trouble général, et parfois un mal de tête dont elles se remettent avec peine. Ce détestable usage, qui jusqu'ici n'a pu être complétement détruit parmi les guides, est dû à la fausse opinion, depuis longtemps enracinée dans leur esprit, qu'en plongeant le baigneur par la tête on prévient sûrement chez lui tout danger d'accumulation anormale ou d'épanchement de sang dans la substance du cerveau; tandis qu'au contraire cette vicieuse manière sert plutôt à provoquer le mal qu'on cherche à éviter.

4° Enfin, une dernière pratique est aujourd'hui encore, mais rarement exécutée : le guide conduit à la main et fait avancer pas à pas le baigneur dans la mer, jusqu'à ce que l'eau soit montée à la hauteur de la ceinture du corps, puis lui fait subir des manœuvres qui ont rapport aux précédentes; ou bien, ce qui est plus pernicieux, il le laisse debout et se borne à lui recommander de se baisser de temps en temps pour plonger la tête, ou bien même lui asperge simplement avec la main les parties qui sont restées hors de l'eau. Cette manière de fréquenter les bains est sans contredit la plus mauvaise de toutes. Indépendamment des congestions à la tête

qu'elle peut entraîner, elle donne lieu à une foule d'autres inconvénients sans offrir aucun avantage.

Le bain dit *à la lame,* qui n'existe véritablement que lorsque la mer est agitée et lance des vagues et des lames d'une certaine force et d'une certaine hauteur, réunit toutes les conditions avantageuses pour qu'il soit profitable au possible. Lorsque ces conditions favorables se rencontrent, le baigneur malade agira toujours ainsi qu'il suit : il se fera porter par le guide dans l'eau, et après une immersion pratiquée suivant la méthode dejà indiquée, il se placera immédiatement debout, présentant le dos aux vagues et aux lames qui successivement se lancent sur lui et lui passent par-dessus la tête. Lorsque cette partie a reçu assez d'immersions, le baigneur, toujours tenu en sûreté par la vigilance du guide, les évite en élevant le haut du corps au-dessus des vagues et des lames suivantes par un saut bien calculé.

En général, les malades doivent toujours éviter de recevoir directement les vagues sur les régions qui recèlent des organes lésés par une inflammation chronique, le choc et la pression qui en résultent pouvant augmenter les douleurs ou réveiller celles qui sont actuellement assoupies.

Ainsi les dames atteintes d'une tuméfaction indolente de la matrice, doivent, pour le même motif, soustraire l'abdomen à l'action mécanique des vagues et des lames.

Le choc des vagues trop fortes peut d'ailleurs agir péniblement sur les constitutions faibles, en alourdissant la tête et en courbaturant le corps. Dans ce cas, il provoque parfois le vomissement; mais un bouillon chaud, relevé ou non d'un doigt de vin tonique, guérit presque toujours instantanément cet état incommode.

Il règne à Ostende une pratique qui a bien ses avantages et que nous voudrions voir s'étendre davantage: c'est celle de prendre les bains dans la mer sans vêtement aucun. Une partie de la plage suffisamment à l'écart, est réservée à cet effet par la police. Le génie poétique a appelé cet endroit : le *Paradis*, et il reste connu sous ce nom dans le monde des baigneurs. On conçoit sans effort que le bain de mer administré de la sorte doit agir avec plus d'efficacité, attendu que l'action des éléments de l'eau est alors directe sur le corps, rien ne mettant obstacle à son contact libre et immédiat avec lui. Aussi jamais nous ne négligeons de prescrire les bains à corps nu, dans tous les cas où nous prévoyons leur insuccès à cause du costume de bains.

Les personnes valides qui prennent le bain plutôt par agrément n'ont pas besoin de guide et s'arrangent chacune à sa façon. Néanmoins elles feront bien d'avancer vite dans la mer jusqu'à ce qu'elles aient assez d'eau, et de s'y jeter brusquement, si elles veulent éviter les effets d'une pression inégale. Cette

immersion rapide est beaucoup moins sensible que lorsqu'on reste exposé au contact de deux milieux si différents, l'air et l'eau. On évitera d'ailleurs ce sentiment convulsif, cette espèce de spasme dont on est saisi quand on avance graduellement, et surtout lorsque l'eau arrive à l'endroit vulgairement appelé *creux de l'estomac*.



Catéchisme des Baigneurs.

A QUELLE ÉPOQUE DE L'ANNÉE LE BAIN DE MER EST-IL PRATICABLE ET SON USAGE LE PLUS EFFICACE?

Le préjugé que les bains de mer ne jouissent de leur pleine efficacité qu'à l'époque des grandes chaleurs, règne encore sur quelques esprits. De là l'habitude qu'ont ces visiteurs de choisir pour *faire leur saison* le mois de juillet et le mois d'août. Sans nous attacher à démontrer qu'il y a erreur à restreindre ainsi la durée de l'époque des bains, nous faisons connaître ce que l'expérience et le raisonnement permettent d'établir à cet égard.

Les enfants et les personnes très débiles qui n'ont à opposer qu'un faible degré de résistance vitale aux impressions naturelles des bains de mer, et principalement à la soustraction du calorique; les dames et les jeunes filles très sensibles au froid de l'air et

de l'eau salée; les enfants nerveux, ceux en dessous de sept ans; et en général toutes les organisations accidentellement ou primitivement chétives, doivent se baigner de préférence pendant les jours caniculaires, l'eau de la mer du Nord possédant alors son plus haut degré de température.

Les personnes vigoureuses, celles qui ont le sang abondant, et celles qui sont d'un embonpoint remarquable, rencontrent plus d'avantages dans les bains du mois de septembre et de la première moitié d'octobre, l'abaissement de la température de la mer à cette époque augmentant, dans des proportions considérables, ses effets sédatifs et tempérants sur ces constitutions robustes, pourvu qu'elles séjournent dans chaque bain pendant un temps suffisamment long. Les personnes maladives, faibles et néanmoins capables d'une forte réaction, et toutes celles qui, naturellement sensibles et délicates, sont déjà aguerries au froid du bain et de l'atmosphère, puisent dans la fréquentation de l'Océan, pendant cette même époque, une somme plus grande de forces nouvelles; mais, contrairement à la catégorie précédente, elles doivent restreindre leur séjour dans l'eau amère dans de justes et courtes limites.

Depuis le quinze juin jusqu'au quinze juillet, l'eau de l'Océan se trouve, au point de vue de sa température, dans des conditions à peu près analogues à celles qu'elle présente du quinze septembre au quinze

octobre. La mer peut donc être pratiquée avec fruit à dater des premiers jours de juin. Ces deux périodes, l'une antérieure, l'autre postérieure aux canicules, conviennent parfaitement aux visiteurs peu impressionnables, doués d'un suffisant degré de forces vitales, et fréquentant nos bains dans un but exclusif de santé.

Signalons que les familles anglaises qui habitent Ostende et celles qui visitent ses bains en été, observant les habitudes de leur pays, ne commencent à se baigner dans la mer qu'au mois de septembre, et continuent avec succès jusque vers le milieu du mois d'octobre, sans s'inquiéter aucunement de la différence ni de la constitution ni du tempérament de chacun de leurs membres respectifs.

De ce qui précède et de la proposition : *que la réaction de la peau a lieu avec d'autant plus de promptitude que la température de la mer est plus froide et la durée de son action plus instantanée*, nous concluons qu'il y aurait avantage, eu égard aux différentes catégories de baigneurs, à commencer l'époque des bains de mer dès le quinze du mois de juin, pour ne la finir que vers le quinze du mois d'octobre.

Les arrivants peuvent-ils directement se baigner dans la mer?

La précipitation à se plonger dans la mer dès le lendemain de l'arrivée, et à plus forte raison immé-

diatement après, est souvent pernicieuse aux personnes fatiguées par un voyage plus ou moins long : la prudence exige d'elles qu'elles attendent un à deux jours, au moins, avant de pratiquer les bains. Les valétudinaires et les malades ne doivent en aucun cas s'affranchir de cette précaution ; qu'il leur suffise dans les premiers jours de respirer l'air de la plage. Pendant cet espace transitoire que les esprits irréfléchis seuls envisagent comme du temps perdu, le corps a le temps de l'acclimatement, et peut se préparer aux modifications que va lui imprimer le contact d'un milieu nouveau.

Quelles sont les heures de la journée les plus favorables aux bains?

Les bains de la matinée, depuis sept jusqu'à onze heures, avant le premier déjeuner, ou une heure après, lorsqu'il a été suffisamment modéré, conviennent le mieux à la pluralité des baigneurs. Il y a même nécessité de les prescrire exclusivement à ces heures et strictement à jeun, aux baigneurs prédisposés aux coups de sang à la tête ou aux accidents apoplectiques.

Les personnes qui éprouvent une certaine crainte pour le bain, celles qui sont très affaiblies et se réchauffent difficilement à la sortie de l'eau, celles à qui le froid du matin cause une impression pénible,

celles qui par expérience savent que les bains pris à jeun les fatiguent et les incommodent, et enfin les enfants à poitrine impressionnable, prennent plus agréablement les bains, en même temps qu'ils en retirent plus de bénéfice, vers le milieu de la journée. En toutes circonstances, le bain est plus avantageux avant le dîner. Cependant les quelques visiteurs auxquels il convient de se baigner après le dîner, et qui depuis longtemps et régulièrement font ce repas à une heure de relevée, peuvent conserver cette habitude et se permettre la mer après quatre ou cinq heures de digestion.

Dans les cas où les digestions se font avec une lenteur extrême, il importe beaucoup que le bain soit donné à jeun. Par contre, aux individus faibles, aux enfants sans exception, le déjeuner convient parfaitement avant le bain; sinon ils manifestent de la répugnance à entrer dans la mer et la supportent mal. Les baigneurs qui se trouvent hors de ces catégories peuvent suivre leur goût et leurs habitudes, en se baignant avant ou après le déjeuner.

Il est rarement utile, mais parfois dangereux, de se baigner de grand matin. Pendant la canicule, on évitera de se rendre aux bains au milieu du jour; le soleil étant ordinairement très ardent à cette époque de l'année, ses rayons, qu'il darde alors presque verticalement, peuvent occasionner des congestions à la tête, des inflammations des enveloppes du

cerveau, et particulièrement des érysipèles appelés vulgairement *coups de soleil.*

Les influences des heures de la marée à Ostende sur l'action de l'eau, sont de si peu d'importance qu'on n'y doit faire aucune attention pour régler ses heures de bains. Seulement, pendant les beaux jours, lorsqu'il y a marée montante entre midi et trois heures, les personnes *délicates* trouveront l'eau plus chaude et plus agréable à cette partie de la journée; d'ailleurs, à cause de leur impressionnabilité, c'est alors que le bain leur convient réellement le mieux.

Quelle doit être la durée de chaque bain?

La durée des bains de mer est la question pratique la plus importante de toutes celles qui se rattachent a leur administration.

Cependant les baigneurs novices, en général, croient qu'ils peuvent déterminer indifféremment cette durée d'après leur instinct, et restent dans l'eau tant qu'ils y éprouvent un certain bien-être, souvent perfide; ou plutôt, ce qui se voit plus fréquemment, ils séjournent dans l'eau jusqu'au moment de l'invasion du *second frisson*, à savoir jusqu'au moment où on subit une seconde fois la réfrigération plus ou moins pénible qui s'était fait sentir en y entrant. Beaucoup de médecins balnéographes allemands posent ce dernier principe comme règle

générale absolue. Ce conseil est évidemment trop vague pour guider tout le monde : chez certaines personnes fortes et riches en sang, par exemple, la durée abusive du bain a souvent déjà produit ses mauvais effets avant même que le second frisson ait commencé, témoin les congestions pulmonaires ; tandis que dans quelques conditions de maladie, d'âge, de sexe, d'individualité, le premier frisson commence aussitôt que le corps est en contact avec l'eau, et persiste sans interruption pendant tout le temps du bain, ce qui n'empêche pas toujours les bons effets de celui-ci. D'autres fois il existe un intervalle entre le premier et le second frisson, mais d'une manière à peine sensible ; et parfois même, dans ce cas, le deuxième frisson apparaît avant que la durée rationnelle du bain ait été atteinte.

Certains baigneurs, ne tenant compte d'aucune règle, prolongent leur séjour au bain, même jusqu'à mettre leur visage dans un véritable état de cyanose. Ces funestes pratiques, dont on doit l'origine à des préjugés ou à de fausses données, sont souvent suivies d'accidents très sérieux.

Voici ce que l'expérience a fixé à l'égard de la durée relative des bains dans les divers cas :

Les personnes dont l'état de santé réclame une cure aux bains, mais qui sont d'ailleurs vigoureuses, les scrofuleux, depuis l'âge de quinze ans jusqu'à celui de vingt-cinq, les jeunes gens et les femmes d'une

constitution lymphatique torpide, restent au bain avec fruit de quinze à trente minutes.

Les baigneurs de forte complexion, sanguins ou lymphatiques, caractérisés par l'embonpoint, peuvent se permettre des bains de dix à vingt minutes.

Les baigneurs jeunes encore, assez forts et peu impressionnables, bornent avec fruit leur bain entre les limites de cinq à dix minutes.

Les bains de deux à cinq minutes de durée suffisent aux jeunes personnes qui n'ont pas atteint tout leur développement, aux enfants affaiblis par des inflammations chroniques, principalement celles du canal digestif, aux convalescents de fièvre d'accès, aux femmes maigres, faibles et nerveuses, et enfin aux rhumatisés.

Ne peuvent séjourner dans le bain au-delà de une à trois minutes : les personnes d'un âge avancé, infirmes par suite d'une paralysie générale, celles qui sont sujettes aux tortures nerveuses, celles qui sont très débilitées par des indigestions fréquentes, et toutes celles qui par cause héréditaire sont menacées de phthisie et viennent à Ostende en vue de se fortifier et d'échapper ainsi à la maladie. A cette catégorie appartiennent aussi les malades qui respirent avec difficulté, dont les organes pectoraux sont occasionnellement devenus douloureux, les femmes profondément affaiblies par des flueurs abondantes et habituelles, les filles délicates non encore menstruées

et les jeunes femmes à poitrine irritable, les enfants faibles de deux à cinq ans, ceux très nerveux ou convulsionnaires, et indistinctement tout baigneur qui tousse présentement, mais dont les poumons sont d'ailleurs exempts de la moindre lésion matérielle appréciable.

Enfin, les organisations, de tous les âges et de toutes les conditions, dont les forces vitales, à la suite de maladies qui ont menacé leur existence, sont tellement anéanties qu'on aurait à craindre chez elles de tristes résultats par le défaut de réaction à la suite d'un bain relativement trop prolongé; les femmes affectées de la maladie des nerfs et dont la constitution est dangereusement minée par de douloureuses épreuves morales, doivent, à la lettre, limiter leurs bains à une ou à trois immersions ou plongeons, au plus.

A QUELS ACCIDENTS EXPOSE LE BAIN DE MER INCONSIDÉRÉMENT PROLONGÉ ?

Il nous serait impossible de donner une liste complète de tous les accidents qu'entraîne la durée exagérée des bains de mer; nous nous bornerons à faire connaître ceux qui s'observent le plus ordinairement. Ce sont, chez les individus les plus faibles, des syncopes de longue durée; chez les sujets jeunes, des flux abondants de ventre ou de nez sans douleur;

des souffrances rhumatismales siégeant dans les tissus fibreux chez les prédisposés à ces affections ; des bronchites chez les enfants et les adultes à poitrine susceptible ; des congestions aux poumons, à la tête, et des saignements par les narines chez les pléthoriques ; l'insomnie et un état d'inappétence complète chez les bilieux ; des douleurs aux reins chez les dames sujettes aux pertes blanches ; des maux de tête, des étourdissements et autres phénomènes du cerveau, chez les hypochondres et certains nerveux de l'un et de l'autre sexe ; des convulsions et des spasmes chez les dames à pâles couleurs ; des inflammations aiguës du conduit auditif externe chez les lymphatiques ; enfin, nous signalerons encore les altérations des sucs dans l'estomac, les dérangements inflammatoires du canal alimentaire, les indigestions, les coliques avec nausées, les douleurs nerveuses du foie et du gaster, etc., etc. Indépendamment de ces accidents, l'emploi abusif du bain occasionne inévitablement l'exaspération au lieu de l'amendement des maladies pour lesquelles on s'est adressé à lui, et quelquefois donne lieu au développement d'affections nouvelles.

Les bains de mer sont-ils avantageux a tous les ages ?

Depuis le commencement de la seconde année de l'existence, jusqu'à l'âge de soixante-cinq ans, et

même au-delà, pour les personnes encore alertes et vigoureuses, on est en droit d'attendre d'heureux résultats d'une cure aux bains d'Ostende.

Néanmoins les enfants qui sont à peine depuis un an au monde, et ceux qui n'ont pas atteint leur troisième année ainsi que les baigneurs qui touchent à la vieillesse, seront chaudement enveloppés dans des vêtements de laine aussitôt qu'on cesse de les tremper dans la mer : moyennant cette précaution, on peut compter qu'ils réagiront complétement et que le bain leur sera positivement favorable.

Les personnes arrivées à l'âge où les bains de mer cessent, en général, d'être praticables, les supportent bien, pourvu qu'elles aient conservé un certain degré d'embonpoint ou qu'elles jouissent d'une circulation sanguine suffisante à la peau.

Indistinctement, le bain de mer doit être proscrit pour les visiteurs âgés qui manifestent beaucoup de répugnance à entrer dans la mer ; pour les personnes adultes qui, maigres et nerveuses, accusent des douleurs actuelles rhumatismales aux articulations, de même que pour celles dont les fluides sanguins circulent avec irrégularité dans les différentes parties du corps.

Quel est le nombre de bains de mer qui constitue une cure ou une saison? peut-on se permettre plus d'un bain par jour?

Il n'est pas donné d'ériger à l'avance en règle fixe la quantité des bains nécessaires à chaque baigneur. Elle varie forcément d'après une foule de circonstances éventuelles et les infinies particularités qui caractérisent chaque individu. Ce qui suit doit donc être pris dans un sens général et n'a rien d'absolu.

Vingt à vingt-cinq bains constituent une cure ordinaire, autrement dit, une *saison simple*. Quelques rares baigneurs ont besoin de prendre de temps à autre deux bains par jour ; dans ce cas, le traitement suppose un chiffre minimum de trente à trente-cinq bains.

Les maladies qui réclament moins de vingt bains se rencontrent peu souvent. Ce nombre exige néanmoins environ un mois de séjour aux côtes.

Dans certains cas il faut doubler la saison ; en d'autres termes, le traitement doit être recommencé après un intervalle de cinq à huit jours.

Les femmes débiles, les filles impubères, celles chétives et à pâles couleurs, les enfants irritables, et, en général, les baigneurs affaiblis, étant obligés de prendre un jour de repos après chaque série non interrompue de trois à six bains, s'installeront pour un terme relativement plus long que les autres arrivants.

Les scrofuleux voient leur santé s'améliorer en raison du nombre croissant des bains qu'ils prennent. C'est la catégorie de baigneurs qui les multiplient avec le plus de succès. On renouvelle le traitement jusqu'à trois fois, c'est-à-dire qu'on emploie la saison entière pour la plupart des enfants scrofuleux ; ils supportent parfaitement jusqu'à soixante-dix bains avec des avantages progressivement plus marqués.

Le nombre des baigneurs qui se permettent avec fruit deux bains dans le même jour est très-restreint. Nous recommandons cette pratique uniquement : aux dames fortes, affectées de déplacements utérins exempts de complications inflammatoires ; aux personnes très-vigoureuses qui ont besoin d'une puissante action dissolvante pour combattre la propension à l'obésité ; aux scrofuleux dont tous les mouvements sont lents et lourds et expriment l'engourdissement profond des organes.

Ceux qui doublent leur bain dans la même journée doivent observer les précautions suivantes :

En aucun cas, ils ne commenceront d'emblée à se baigner deux fois par jour ; ils y prépareront leur constitution pendant quelques jours, en ne prenant qu'un bain dans les vingt-quatre heures.

Ils feront alterner les jours de bain double avec les jours de bain simple.

Ils mettront le plus d'espace possible entre le bain du matin et le bain du soir, afin de laisser le temps

aux rouages de l'économie de se remettre complétement de l'impression du premier bain avant de la soumettre à celle du second, sinon le mécanisme fonctionnel des organes, trop faible pour réagir avec succès, se trouble, et il s'ensuit un malaise général, dangereux, au lieu d'un bien-être sensible, prolongé.

Ils feront bien, en outre, quelles que soient leurs dispositions individuelles, de se rappeler que l'abaissement de la température et la violence des vagues empêchent de fréquenter la mer deux fois par jour, avant et après les périodes des mois de juillet, août et septembre.

La cure aux bains de mer oblige-t-elle, dans certains cas, à leur suspension momentanée ou définitive ?

Parfois on remarque chez certains baigneurs une série de phénomènes d'un caractère spécial : il leur survient subitement des douleurs siégeant au cerveau ou seulement à la surface du crâne dans les tissus qui l'enveloppent, une paresse musculaire universelle, une irritation morale insolite, des nausées, des vomissements, une altération des traits de la figure et une expression de tristesse. Ce sont là des symptômes indiquant que la tolérance pour les bains est épuisée et une indication non équivoque pour les cesser sans retour. Cette espèce de saturation

se déclare plus ou moins vite, suivant les conditions innées et selon l'observance qu'on a tenue des règles prescrites par la balnéologie maritime.

Indépendamment des cas qui imposent la proscription définitive des bains de mer, d'un côté, une foule d'épiphénomènes morbides fortuits, de l'autre, certaines vicissitudes météoriques peuvent en commander l'abstention temporaire pendant quelques jours.

Que fera la dame, en traitement aux bains, au point de vue de ses époques?

Voici la conduite à tenir lorsqu'elle a lieu de soupçonner qu'elle se trouve dans un état intéressant depuis quelque temps seulement avant l'emploi des bains de mer, ou survenu pendant leur usage : si la dame est jeune et nullipare, ou si elle a eu plusieurs fausses couches, et si elle ressent un retard de quelques semaines, accompagné de malaise, de douleurs aux reins et à la région postérieure du bassin, l'expérience veut qu'elle s'abstienne des bains.

Le retard menstruel existe-t-il chez une dame bien constituée, non très jeune, qui n'a jamais eu que des couches heureuses, elle peut se permettre les bains de mer, mais en ayant soin de les suspendre au moindre indice de fructification évidente. Elle en fera de même dès les premières traces d'écoulement périodique naturel.

Conseils à suivre pendant la cure.

On sait que l'air vivifiant de la plage d'Ostende, le *bain d'air*, est un puissant auxiliaire du bain de mer ; mais il importe que l'action en soit secondée par l'exercice ; autrement il peut donner lieu à de légers accidents. Des promenades courtes et fréquentes à pied, à cheval, à âne, suivant les convenances et les goûts, ça et là sur la digue, la plage, la jetée, dans les dunes, entremêlées de moments de repos peu prolongés, conviennent parfaitement pour parer avec sûreté au danger et réaliser au possible des bénéfices pour la santé.

Cependant, en général, les nouveaux venus commettent la faute d'aller, à leur arrivée, incontinent s'exposer dans l'inaction sur la côte, où ils restent tout le long du jour en butte aux vents du nord et d'ouest, qui y sont très-fréquents.

Beaucoup de personnes d'une faible constitution,

et surtout les plus jeunes, se voient tourmentées par des rhumes de cerveau, des dérangements variés, de peu de conséquence, il est vrai, de la gorge et du larynx, pour n'avoir pas évité de commettre cette imprudence. Or, il faut que l'économie vivante s'habitue graduellement au milieu nouveau qu'elle vient habiter.

Il est également nuisible, même pour les baigneurs déjà acclimatés, d'aller sur la jetée ou sur la plage contempler dans une immobilité prolongée, assis ou debout, le spectacle et l'horizon de la mer. Cette avide curiosité est souvent cause d'indispositions catarrhales, de douleurs nerveuses et quelquefois de souffrances de nature rhumatismale, accidents auxquels échappent ceux qui tiennent le corps en exercice par une locomotion active souvent renouvelée.

Dans notre ville de bains, la société entière des baigneurs a l'habitude de se réunir, vers la soirée, sur la digue en face de la mer, dans les alentours ou au-devant des pavillons; mais plus encore sur les terrasses en dessous des péristyles, ou sur les galeries de ces établissements. Là, elle reste assise pendant plusieurs heures, contemplant les majestueux et imposants phénomènes de l'océan, ou se distrayant dans les agréments de la conversation. Cette coutume, plutôt salutaire que nuisible en elle-même, est tous les ans cause d'inconvénients, d'ordinaire peu graves, choisissant pour victimes les personnes qui s'habillent trop à la

légère, et celles qui oublient ou négligent de se lever de temps en temps pour marcher et entretenir l'activité de la circulation du sang à la surface du corps.

Le conseil est assez important pour qu'il soit répété. Au bord de la mer, vers le soir, il se fait toujours sentir, même dans les jours de fortes chaleurs, une brise refroidie contre laquelle il faut se prémunir par des vêtements chauds et l'exercice.

Les jeunes personnes débiles, voisines de la puberté, et celles qui annoncent des prédispositions aux inflammations des organes de la poitrine, éviteront, n'importe à quel moment de la journée, d'affronter en face le vent de la mer, lorsqu'il souffle avec une certaine violence.

Pendant les jours les plus chauds de l'été, on arrive assez souvent au lieu du bain avec le corps en transpiration ; dans cet état, il est prudent, avant d'entrer dans la voiture-baignoire, de marcher quelques instants à pas lents sur la plage. La négligence de cette précaution hygiénique peut engendrer divers accidents, entre autres des douleurs musculaires, des maux de gorge, l'altération de la voix, des écoulements muqueux par le nez. Pour le même motif, quel que soit le degré de force et de santé du baigneur, il évitera toujours de rester, avant de se plonger dans l'eau, sur la plage ou même dans la voiture en costume de bain, et cela avec plus de soin encore s'il a le corps en pleine moiteur.

La situation de l'économie, immédiatement avant le bain, par rapport à son degré de calorique animal et à l'état physique ou moral de calme, d'agitation ou d'abattement dans lequel elle se trouve, est chose très importante à observer.

Jamais il ne faut entrer au bain de mer, le corps étant en transpiration *active*, c'est-à-dire provoquée par un exercice relativement fatigant. Cette faute peut être punie des suites les plus fâcheuses. Mais que le baigneur, en voulant échapper au danger, prenne garde de ne pas devenir tributaire de l'excès nuisible opposé. L'opinion vulgaire, qu'il est plus sûr de n'entrer dans l'eau que lorsqu'on a donné au corps le temps de se refroidir complétement, est fondée sur une fausse interprétation. Le meilleur moyen de se baigner en temps opportun, c'est de saisir le moment où le corps, à la suite d'un exercice rationnel, possède un degré de chaleur légèrement plus élevé qu'à l'état ordinaire. Cette portion modérée de calorique excédant prévient une soustraction trop grande, dans le bain, de la chaleur animale habituelle, et dispose singulièrement le corps à une réaction prompte et parfaite.

Ainsi, le baigneur qui éprouve une sensation de froid, doit, avant d'entrer dans l'eau, développer en lui des conditions contraires par des actes locomoteurs bien entendus. De même, les personnes débiles et les malades affaiblis, qui se trouvent

presque toujours dans un état de réfrigération, ne peuvent jamais omettre d'animer le jeu des organes et l'activité de la circulation, soit par un exercice raisonné, soit, à défaut, par des frictions stimulantes sur la peau.

Les progrès de l'âge placent naturellement le corps, eu égard aux bains de mer, dans des conditions analogues au refroidissement accidentel. C'est pourquoi le nombre des vieillards auxquels on peut permettre la mer est si limité.

La langueur et la fatigue causées par des mouvements de locomotion immodérés, sont des contre-indications actuelles du bain non moins urgentes. L'immersion dans la mer, dans ces circonstances, engendre promptement la débilité et la faiblesse, et par l'insuffisance des forces vitales à vaincre les effets calorivores du bain, l'économie abandonnerait facilement toute la chaleur qui lui reste, si l'on ne venait à son secours.

On n'a également que de mauvais résultats à attendre du bain de mer après les excès de table, les libations trop copieuses, les nuits passées dans l'agitation fiévreuse des plaisirs orageux et turbulents du bal, les veilles prolongées, et dans toutes les circonstances où l'esprit se trouve en proie à de vives commotions morales, surtout celles qui exténuent les forces physiques et plongent le corps dans l'inertie et l'accablement.

Lorsqu'on se trouve, sous tous les rapports, dans de bonnes conditions et qu'on se dispose à prendre le bain, il est prudent d'attendre pour se placer dans la voiture-baignoire qu'elle soit amenée tout-à-fait au bord de l'eau. Beaucoup de personnes éviteront par là d'avoir le cœur malade et d'être exposées à une espèce de mal de mer très défavorable aux bons effets du bain dans lequel elles vont se plonger. Ce conseil est tout particulièrement à suivre quand la mer est basse, et lorsque le trajet que doit faire la voiture sur la plage est long.

En général, les conducteurs des voitures ont le défaut, dû à un calcul d'intérêt, de ne pas traîner la baignoire assez loin dans la mer, et cela afin de moins user le matériel et les chevaux, ou bien de gagner du temps et de servir plus de baigneurs à la fois. On fera donc bien d'insister pour qu'on place la voiture-baignoire à profondeur suffisante. De l'exécution de ce conseil dépend souvent tout le fruit du bain

Lorsqu'on s'est revêtu du costume de baigneur, lequel, soit dit en passant, sera complétement séché après chaque bain, immédiatement avant d'ouvrir la cabine pour se plonger dans la mer, se frictionner vivement soi-même, si les forces et la nature de la maladie le permettent, le devant de la poitrine et la région appelée le creux de l'estomac, avec de la flanelle sèche et mieux imbibée d'eau de Cologne, c'est

une excellente mesure qui, si elle ne prévient pas toujours complétement l'oppression pénible et tant redoutée qui se fait sentir au bas de la poitrine, en entrant dans l'eau, la diminue au moins et la rend supportable.

Un autre prélude au bain, facile à exécuter et d'ailleurs très essentiel, est celui de boucher les oreilles avec un petit bourdonnet d'ouate. Le manque de ce soin peut occasionner des dérangements de l'ouie, qui, le plus souvent, sont immédiats, et parfois surviennent inopinément à une époque plus ou moins reculée. Dans ce dernier cas, il arrive presque toujours qu'on attribue l'anomalie de l'audition à des causes étrangères.

C'est ici l'endroit d'émettre notre opinion sur l'utilité ou la nocuité des serre-tête en toile cirée dont certains baigneurs et particulièrement les dames, pour des motifs souvent frivoles, font si volontiers usage au bain de mer. Cette coiffe peut être très nuisible aux personnes qui, pendant toute la durée ou une grande partie du bain, tiennent la tête hors de l'eau, alors surtout que le soleil darde; mais elle est innocente, si le baigneur passe le temps à *faire la planche* dans l'eau. Il en est encore de même si, en adoptant tel autre mode de se baigner, il observe la précaution de plonger de temps en temps la tête dans l'eau ou de s'en faire verser sur cette partie. Nous verrons plus loin quels sont les cas

particuliers qui interdisent strictement le serre-tête.

En sortant de la mer, le baigneur s'essuie promptement et s'habille de même, puis, lorsque la température est basse, il se met à marcher sur la digue ou la plage tant que ses forces le lui permettent; c'est le moyen de profiter de la plus forte somme possible des effets bienfaisants du bain. Cet exercice facilite et redouble la réaction; mais on doit le cesser aussitôt que celle-ci se déclare.

Les personnes infirmes ou trop faibles pour exécuter une promenade un peu forcée, tremperont, aussitôt leur sortie du bain, les pieds dans de l'eau chaude ou les poseront sur des vases remplis d'eau bouillante. Les malades dont les forces vitales sont presque anéanties, les organisations très impressionnables au froid et nerveuses à l'excès, ajouteront aux précautions précédentes celle de mettre comme première pièce d'habillement, immédiatement sur la peau, un ample vêtement de flanelle jusqu'au développement complet d'une bonne réaction.

On reconnaît aux signes suivants que la réaction, ce phénomène si important aux bons effets du bain, s'établit : la peau se colore, une sensation de chaleur se distribue à sa surface; le pouls se développe; le sentiment de gêne et de constriction à la poitrine éprouvé pendant le bain, disparaît; la perspiration se rétablit; la peau est moins sensible au froid de

l'atmosphère, et un sentiment de bien-être, de fraîcheur, de légèreté et de force, semble se répandre par irradiation dans tout le corps.

Ce sont des phénomènes opposés qu'on observe lorsque la réaction est languissante ou tarde longtemps. Ainsi, les forces restent déprimées, l'énergie vitale est considérablement diminuée, le corps s'échauffe avec peine, la circulation est très ralentie, l'exercice de plusieurs fonctions est troublé, et le malaise est très grand.

Si l'on a fait un séjour trop prolongé au bain, ou qu'on en ait fait usage dans des conditions de santé qui en contre-indiquent l'emploi, on se fera sans retard frictionner le corps avec des morceaux de flanelle à sec ou mieux imbibés d'une liqueur stimulante quelconque, en même temps qu'on se fera servir une tasse de bouillon chaud, ou, à défaut, un autre liquide propre à ranimer la circulation. Si ces moyens simples ne suffisent pas pour ramener l'équilibre dans le jeu des rouages, ou le cas est-il tout d'abord assez grave, il faut incontinent se faire envelopper dans de vastes couvertures de laine et se faire conduire au lit, préalablement chauffé, où on fera placer autour de soi des cruchons d'eau bouillante en quantité nécessaire. La sensation de froid et les frissons persistent-ils malgré ces moyens d'urgence, la présence et les soins d'un médecin deviennent impérieux, ces phénomènes pouvant causer des effets alarmants par leur continuité.

Il arrive que les baigneurs, persuadés qu'en agissant de la sorte ils aboutiront plus sûrement et plus vite, suivent ou interprètent mal les conseils qu'on leur donne de tenir le corps en mouvement après le bain. Au détriment de leur santé, ils dépensent chaque jour en exercices outrés l'énergie musculaire qu'ils acquièrent au bain.

D'autres, plus mal avisés encore, en sortant de l'eau rentrent au logis et se couchent dans un lit chaud; ceux-ci détruisent de la sorte l'effet restaurant du bain par l'action débilitante de la mollesse.

Quelque avantage qu'il y ait à imprimer au corps des mouvements bien compris après le bain, il importe que les dames atteintes d'hémorrhagies ou de déplacements de la matrice, restreignent les actes de l'appareil locomoteur dans des bornes convenables.

Manger immédiatement au sortir du bain est contraire au but qu'on se propose. Il faut au moins trois quarts d'heure à une heure d'intervalle entre le bain et le repas. Si ce dernier doit se faire attendre au-delà, on fera très bien de prendre une tasse de bouillon ou un verre d'un vin tonique et généreux.

Le régime est encore une question digne de l'attention du baigneur : sa nourriture, principalement puisée dans les substances animales, doit être substantielle et comfortable. Le vin, pris en quantité modérée pendant les repas, et surtout à la fin des

repas, en activant la digestion, contribue en concurrence avec l'action des bains à ramener les forces perdues ou à corroborer la santé chancelante.

N'était que la variété sans fin des individualités et des maladies s'y refuse, on ferait chose éminemment utile en fixant par des règles le nombre des repas et la quantité d'aliments qui conviennent aux baigneurs; car il est une violation des lois de l'hygiène, qui est presque générale parmi eux : elle consiste à satisfaire complétement la somme d'appétit née sous l'influence de l'air et des bains de mer. Sans doute, on peut se flatter que les baigneurs n'oublieront jamais les règles de la tempérance; mais l'énergie nouvelle communiquée à l'estomac, les porte, pour ainsi dire malgré eux, à se livrer sans réserve aux plaisirs de la table.



DEUXIÈME PARTIE.

Usages accessoires de l'eau de l'Océan comme auxiliaires de ses bains.

L'administration de l'eau de mer ne se borne pas aux bains de mer proprement dits. Ses modes de prescription, beaucoup plus étendus, sont en outre : à *l'extérieur*, le bain de baignoire, les douches, les affusions et les arrosements, les lotions et les applications locales, les injections et les irrigations; à *l'intérieur*, la boisson.

Bains de mer pris en baignoire a la température chaude.

Ces bains ne possèdent pas au même degré les éminentes qualités des bains pris dans la mer même,

à cause de la privation, dans cet état, de plusieurs des bonnes conditions de ceux-ci, et surtout par la perte du *froid* qui en est le principal élément actif. Cependant, comme nous le verrons plus loin, leur usage offre des avantages qui leur sont propres, et doit avoir la prééminence, dans des cas spéciaux que nous indiquerons, à l'exclusion d'une foule d'autres moyens.

Les bains chauds d'eau de mer sont susceptibles d'être modifiés sous le rapport de leur durée, de leur température, de leur densité, etc. L'âge, le sexe, la nature de la maladie, l'époque de la saison, le climat et la température extérieure, sont des circonstances dont il faut tenir compte pour les diriger avec succès.

Le plus souvent ces bains se donnent à la température de trente-cinq à trente-deux degrés centigrades, qu'on abaisse graduellement chaque jour, jusqu'à celle de vingt-cinq ou de vingt degrés. Parfois il est permis aux constitutions les moins affaiblies d'abaisser la température, séance tenante, de trente-cinq à vingt. A des degrés inférieurs, ce bain n'est plus praticable. En aucun cas, les rhumatisants qui sont aux approches de la vieillesse, ne prendront de ces bains en dessous de trente-cinq à trente-deux degrés.

Les bains de baignoire trops chauds, comme ceux trop froids, ont leurs inconvénients : ceux-ci engendrent non rarement des coliques, la diarrhée, dés

phénomènes inflammatoires ; ceux-là peuvent donner lieu aux coups de sang à la tête, et surtout aux migraines. Mais la nocuité des bains administrés à une température trop élevée est particulièrement manifeste, lorsqu'on les prescrit comme moyen préparatoire aux bains pris dans la mer ; car ils placent la peau dans des conditions de souplesse et de perméabilité peu propres à réagir convenablement contre les éléments de réfrigération de l'eau et de l'air maritimes.

Suivant les indications actuelles, on tient les enfants au bain chaud d'eau de mer pendant dix à quinze minutes. Les adultes doivent y rester plongés de quinze minutes à trois quarts d'heure, selon le besoin.

Quinze à vingt-cinq de ces bains suffisent pour constituer un traitement complet et en obtenir tous les effets dont ils sont capables. Terme général, le baigneur peut entamer ce traitement dès le lendemain de son arrivée.

Ce sont les heures du matin et à jeun qui conviennent le mieux pour les bains chauds. A moins de contre-indications, qui sont très-rares, on use de ces bains tous les jours.

Il est prudent pour les rhumatisés, chez lesquels l'air frais du matin peut aggraver les douleurs, de remettre leur bain aux heures de la seconde moitié de la journée, en ayant soin de tenir l'estomac, pour

l'heure du bain, dans un état de vacuité convenable.

Les bains de mer chauds se distinguent des bains ordinaires d'eau douce, à égale température, par leurs effets opposés sur la peau : les premiers augmentent sa résistance au froid ; les autres laissent les individus presque sans défense contre cet agent.

Les bains de mer chauds participent de l'efficacité hygiénique et curative des bains pris dans la mer, et conviennent à l'exclusion de ceux-ci, soit à cause de certaines conditions météoriques, soit à cause de l'âge de la personne, de la nature et de la durée de l'affection, soit à cause de dispositions spéciales du physique et du moral, aux baigneurs des catégories suivantes :

Aux jeunes dames enceintes, à celles qui toussent ou sont rhumatisées depuis une dernière couche; aux filles pubères d'une constitution très faible, à poitrine très étroite, éprouvant un long retard dans l'apparition des menstrues, et aux sujets d'une irritabilité nerveuse développée au suprême degré ;

Aux personnes à qui les bains de mer proprement dits causent une frayeur invincible, et qui ne peuvent se décider à les tenter ;

Aux gens âgés et très débiles, ou atteints de rhumatisme musculaire ; à ceux prématurément vieillis par des maladies de longue durée ou des tortures morales habituelles ; aux vieillards dont les jambes, par suite de recrudescences goutteuses, sont pesantes,

infiltrées d'eau et empâtées, et à ceux qui ont les parties molles autour des articulations gonflées plutôt par les effets du repos forcé que par le travail d'une inflammation sourde; à ceux qui, à la suite de fracture, d'un écartement ou d'un déboitement des os aux membres inférieurs, ont perdu une grande partie de leurs forces générales, ou conservé de la claudication.

Employés avec méthode et continuité à la température la plus basse, ces bains procurent une résistance nouvelle contre les intempéries de l'hiver et les mauvais temps, aux vieilles personnes qui, annuellement, pendant cette saison, sont sujettes aux irritations de la membrane qui tapisse intérieurement l'instrument de la voix et les bronches, au froid continuel des pieds, et à un état souffreteux insupportable vers l'époque où la température arrive au plus bas de l'échelle annuelle.

Les démangeaisons opiniâtres de la peau, notamment celles désignées par les médecins sous le nom de *prurit sénile,* si communes parmi les sujets âgés, sont parfois radicalement combattues, et souvent sont amendées par l'eau chaude de mer, pure ou mêlée à des substances adoucissantes.

Dans les désordres des facultés mentales, au début, qui relèvent d'un état congestionné permanent du cerveau, ce même moyen rend des services incontestables lorsqu'il est secondé par des arrosements

ou des douches, suivant l'indication, d'eau de mer froide résolutive sur la tête.

Pour compléter cet article, il nous reste à dire quelques mots sur les bains de mer administrés au cabinet, sous le point de vue de leur emploi comme moyen préparatoire aux bains pris dans la mer même, ou comme succédané temporaire de ceux-ci.

Dans beaucoup de villes de bains de mer, il est d'usage de prendre quelques bains chauds d'eau salée avant de débuter dans la mer. Pour la plupart des baigneurs, cette pratique est au moins superflue. Cependant il est des personnes, encore assez nombreuses, pour lesquelles la prudence réclame la prescription de deux à six de ces bains de *transition;* les voici sommairement indiquées par divisions :

Les dames d'une irritabilité et d'une faiblesse nerveuses extrêmes, celles qui sont affectées de phénomènes vaporeux, et celles sujettes à des attaques de nerfs qui ont quelque rapport à l'épilepsie;

Les dames très débilitées par de nombreuses couches ou par des flueurs abondantes; celles qui sont en convalescence d'une fièvre de couches;

Les personnes dont les digestions sont très pénibles, et celles atteintes de souffrances de la tête ou de la face, dues, partie à l'élément nerveux, partie à l'élément rhumatismal;

Les personnes à susceptibilité irritative des organes contenus dans la boîte pectorale, et celles qui

ont actuellement le timbre vocal couvert d'un voile;

Les paralysés de l'une ou de l'autre moitiédu corps;

Enfin les baigneurs qui au début redoutent à l'excès de se baigner dans la mer; ceux très impressionnables à l'état hygrométrique de l'air extérieur, condition météorologique qu'on rencontre presque toujours sur la côte lorsque règnent les vents d'ouest; et, par la même raison, les baigneurs retardataires qui arrivent dans *l'arrière-saison*, époque où ces vents dominent fréquemment.

Douches d'eau de mer.

Les douches d'eau de mer consistent dans une colonne de liquide d'une épaisseur variable, mais dépassant rarement deux pouces de diamètre, qui frappe un point circonscrit et déterminé du corps avec une force et une vitesse proportionnées à la puissance propulsive qu'elle reçoit au réservoir d'une machine expresse. Ce sont là les douches ordinaires simples.

Elles reçoivent le nom de douches *en pluie* ou *en ondée* lorsqu'on les administre sous ces différentes formes.

Mais la science arrive souvent aux mêmes résultats curatifs, en employant, pour administrer les douches, un simple arrosoir de jardin, garni ou privé

de son pommeau, selon l'indication, ou en faisant usage de tel autre récipient convenable, d'où l'eau de mer est méthodiquement lancée, d'une distance ou d'une élévation relativement suffisante, sur la région à atteindre. Ces douches substitutives s'appliquent ordinairement auprès du bord de l'eau de l'Océan même, immédiatement avant ou après le bain, suivant le but et les particularités individuelles.

La durée de chaque douche est ordinairement limitée, pour les adultes, à cinq, sept ou dix minutes. Chez les enfants, elle ne doit pas dépasser trois à sept minutes, lorsqu'on va au-delà, on a des accidents à redouter. Le nombre des douches ainsi que le degré de leur température doivent être appropriés aux indications des cas divers. Généralement, il est nécessaire de réitérer l'opération de dix à dix-huit fois, en autant de séances séparées.

Quelquefois on associe utilement les douches aux bains chauds d'eau de mer pris en baignoire.

Les douches simples s'appliquent avec un succès marqué, pour venir en aide aux bains de mer, sur la partie postérieure et médiane du tronc, et sur les membres inférieurs chez les enfants et les jeunes filles qui, par suite d'une faiblesse musculaire aux reins ou aux jambes, se soutiennent difficilement dans l'attitude verticale, c'est-à-dire debout, et ont la marche vacillante et incertaine; sur toute l'étendue des jambes chez les jeunes personnes qui y éprouvent

une sensation permanente de froid; sur la région du foie dans les cas d'obstruction opiniâtre, par des obstacles mécaniques, des conduits qui charrient la bile; sur les tumeurs articulaires chroniques spontanées, dépendantes d'un vice préexistant scrofuleux ou rachitique; sur les articles engorgés à la suite de contusions, de torsions ou d'hydropisie à l'intérieur de la membrane articulaire, et qui ont résisté aux moyens usuels de la chirurgie; sur toute l'étendue de la colonne vertébrale et sur les membres des personnes atteintes de paralysie chronique de tout le corps ou d'une moitié du corps seulement.

Les douches *en pluie* ou *en ondée*, administrées pendant que le malade se trouve plongé dans le bain chaud, sont favorables particulièrement aux personnes menacées d'un désordre intellectuel et à celles dont le cerveau fonctionne mal à cause d'une circulation sanguine à la tête, habituellement excédante.

Les douches et injections dans les voies inférieures rendent encore des services assurés pour guérir les pertes séminales, et pour combattre l'état de torpeur et d'inaction expulsive des intestins chez les personnes âgées, à ventre volumineux, et sujettes, à la suite d'une vie trop sédentaire, aux interruptions prolongées dans les fonctions naturelles. On les dirige également avec succès, dans le canal sexuel, mais alors elles prennent le nom d'irrigations, soit comme moyen de coopération d'un traitement plus efficace,

soit comme principal agent contre les flueurs, les déplacements de la matrice et les engorgements du col de cet organe, lorsque, bien entendu, aucune de ces parties n'est le siége d'un travail inflammatoire actuel ; de même contre plusieurs autres lésions locales des parties naturelles que nous ferons connaître successivement plus loin.

Les lames et les vagues d'eau lancées avec une certaine force de propulsion par la mer, lorsqu'elle est agitée, peuvent en quelque sorte remplacer les douches artificielles pour les cas de maladies les moins compliquées.

Affusions et arrosements d'eau de mer a froid.

Ces pratiques consistent à verser sur la tête, à une hauteur qui varie de six pouces à un pied d'élévation au-dessus d'elle, avec méthode, sans choc et avec plus ou moins de lenteur, une quantité déterminée de seaux ou d'arrosoirs d'eau de mer. Pendant cette opération, qui peut être classée parmi les plus puissants moyens de la médecine *perturbatrice*, on doit tenir la tête nue. Le serre-tête de taffetas ciré dont se coiffent quelques personnes, en empêchant le contact direct de l'eau sur la tête, affaiblit l'action tonique qu'elle exerce en commun avec le bain de mer, et, chose plus fâcheuse, diminue les chances d'un ébranlement profond et général qu'elle est

surtout appelée à susciter dans tout le système nerveux.

Les affusions et les arrosements sont employés isolément, soit à l'air libre, au bord de la mer même, soit dans l'enclos des cabinets de bains. Leur nombre n'est pas chose indifférente; le terme moyen est par séance, de huit seaux ou autant d'arrosoirs remplis. On commence par deux ou trois, et on monte graduellement les jours suivants; jamais on ne doit se faire administrer au-delà de quinze affusions ou arrosements dans une séance. C'est là le chiffre le plus élevé, et il convient exclusivement dans les cas où l'on cherche à opérer une sédation puissante et une décentralisation profonde et persistante des fluides du cerveau chez les individus vigoureux, replets, sujets à la pléthore de la tête, et chez les personnes menacées de la folie aiguë.

La généralité des baigneurs fera bien de s'abstenir des affusions et des arrosements, car ces pratiques ne sont pas toujours innocentes, et elles ne sont utiles que dans des cas donnés et qu'il appartient aux médecins seuls de connaître et de préciser. Certaines individualités même, malgré l'existence des indications les plus positives, ne supportent point les affusions ni les arrosements, c'est là un indice qui oblige à leur suspension immédiate.

Indépendamment de l'emploi isolé des affusions et des arrosements, on en fait un usage très utile

conjointement et simultanément avec les bains de mer chauds, ou ceux à la lame, dans les cas où l'on a à combattre les concentrations du sang ou du fluide nerveux à la tête; conditions morbides dont l'existence se traduit par certaines variétés de la migraine, un grand nombre de douleurs nerveuses opiniâtres de la tête, les affections des sens également de nature nerveuse, les pertes complètes ou incomplètes de la vue dépendant d'une irritabilité ou d'une congestibilité nerveuse ou sanguine de l'œil, et les divers degrés de paralysies survenues à la suite d'apoplexies dont l'invasion remonte à des dates déjà reculées.

Lotions et applications locales d'eau de mer.

Ce mode d'utiliser l'eau de mer est spécialement employé contre les fistules et les ulcères scrofuleux, les caries osseuses de même nature, les engorgements glanduleux du cou, les affections des paupières chez les personnes lymphatiques, les tumeurs blanches, les dartres localisées, certaines tumeurs indolentes des parties molles qui sont exemptes du poison d'une infection spécifique.



Usage médical de l'eau de mer à l'intérieur.

L'eau de mer ingérée dans l'estomac à doses fractionnées, à savoir bue plusieurs fois le jour par petites quantités équivalentes au contenu d'un petit verre à liqueur, par exemple, produit une modification très avantageuse dans l'état des solides et des liquides du corps; elle sert par conséquent, dans des cas spéciaux, d'auxiliaire très efficace aux bains. A doses copieuses, l'eau de mer est légèrement purgative et purifie le sang; elle dissout les tuméfactions chroniques, indolentes, des viscères et des glandes situées dans la profondeur des tissus; elle dégage les vaisseaux et les conduits obstrués; elle débarrasse du trop plein les organes enlourdis ou trop volumineux.

Mais, où les personnes qui se trouvent dans les conditions de faire usage de l'eau de mer en boisson, s'en pourvoiront-elles?

A Ostende, à mesure que la mer reflue, elle découvre sur la plage de vieilles traces de brisants au nombre de six à sept, perpendiculairement couchés vers la grande digue et servant de lignes de démarcation entre les différents carrés de bains. Au pied de ces brisants se trouvent des fossettes, espèces de petits réservoirs ou bassins irrégulièrement formés au hazard par les grosses pierres de carrière bleues qui s'y trouvent amoncelées, où l'eau est retenue à marée descendante. Cette eau, une heure après que la mer s'est retirée, est pure, cristalline, attrayante même, et possède toutes les bonnes qualités.

C'est là que nous conseillons de puiser l'eau de mer dans un gobelet, chaque fois que la marée le permet, et de boire résolument cette eau sur place. Lorsqu'on prévoit que l'heure du flux s'opposera à cette habitude, on fait recueillir l'eau, en temps utile, afin de pouvoir en faire usage dans son appartement à l'heure et de la manière qu'il aura été prescrit ou qu'on le jugera convenable.

En général, l'heure la plus favorable pour boire l'eau de mer comme purgatif, est celle qui précède le bain du matin. Les adultes en boiront une verrée à deux verrées. Une verrée suffit aux jeunes personnes, et les selles des enfants se ramollissent et se montrent déjà plus fréquentes avec deux à trois cuillerées de table. Ce n'est qu'au moyen des plus grands efforts qu'on parvient à faire boire l'eau de mer aux enfants.

On y réussit plus vite en la masquant au début dans du lait ou du bouillon.

A cause du dégout que manifestent la plupart des baigneurs pour l'usage interne de l'eau de mer, nous en limitons la prescription aux cas qui en nécessitent rigoureusement l'emploi. Or, en considération de ses qualités chimiques et de ses propriété épurantes, nous la recommandons toujours avec insistance, à petites doses réparties dans la journée, entre les repas, dans toutes les variétés de la maladie scrofuleuse, n'importe à quel âge et à quel degré elle sévit.

Prise avec persévérance à doses évacuantes, l'eau de mer rend des services réels, principalement aux personnes affectées d'hémorroïdes douloureuses; à celles dont la circulation à la tête est trop abondante ou trop active; dans toutes les maladies nerveuses de l'estomac et des intestins compliquées de selles rares et dures; dans les inflammations chroniques du tuyau digestif dont l'invasion remonte à une époque éloignée; dans toutes les affections éruptives ou dartreuses de la peau, très invétérées; dans le rhumatisme et la goutte lorsqu'il y a corrélation entre le mal et un excédant de matières nutritives dans le sang; dans les états de corpulence de mauvais aloi; enfin dans les conditions de resserrement du ventre, soit que le ralentissement ou la suspension des fonctions naturelles dépende uniquement de la paresse des intestins, soit que la cause se lie au désordre d'un autre viscère avoisinant.

Bain dans le sable des dunes.

Pendant la période caniculaire, vers le milieu des journées brûlantes, le sable de la mer, dans les dunes d'Ostende, acquiert, lorsque les phénomènes météorologiques suivent le cours ordinaire, une élévation de chaleur considérable communiquée par les ardeurs du soleil. Dans cette condition, ce sable, dont on se couvre sur les lieux, une partie ou la totalité du corps à nu, provoque une excitation et une stimulation spéciale de la peau dont on peut tirer utilement parti :

Dans certaines souffrances de nature rhumatismale qui sont restées rebelles à tous les moyens médicaux connus ;

Dans les douleurs nerveuses mobiles, invétérées et réputées incurables ;

Dans ces affections sans nom, mais opiniâtres, qui se révèlent par des agacements dans les nerfs, des impatiences dans les membres, une inquiétude, un

état de tourment vague, indéfinissable de l'esprit, conditions morbides dont les causes restent cachées aussi bien au sens du patient qu'aux investigations de la science;

Dans les engorgements scrofuleux non ulcérés des articulations, contre lesquels le bain de mer s'est montré impuissant à son tour, après l'abandon des autres remèdes;

Dans la contracture et la paralysie des membres dépendant d'une cause exclusivement locale et nerveuse;

Dans les états maladifs qui relèvent de la diminution ou de la suppression locale de la transpiration de la peau.

Le bain des dunes doit durer de vingt à quarante minutes, et on le renouvelle chaque jour pendant un mois, à moins que des circonstances météorologiques ou individuelles ne s'y opposent.

Pendant son emploi, les malades ne peuvent pas négliger de tenir la tête à l'ombre, ou, ce qui vaut mieux, de l'envelopper légèrement d'un linge imbibé d'eau de mer fraîche, afin de la garantir contre la trop grande calorification et ses suites.

Le plus souvent le bain dans le sable de mer limite son utilité à l'assistance qu'il prête aux effets du bain de mer proprement dit, auquel il faut savamment le combiner. Quelquefois néanmoins il constitue à lui seul tout le traitement à suivre par le visiteur de la côte qui aspire à rentrer en possession de sa santé.

Excursions sur mer.

Les excursions sur mer complètent le programme des ressources nombreuses et variées de distractions et d'agréments que les baigneurs sont sûrs de trouver aux bains de mer d'Ostende. Mais là ne se bornent pas les effets de ces promenades nautiques, surtout lorsqu'elles donnent lieu à une violente secousse de mal de mer; car on les utilise fructueusement dans des vues médicales pour certaines conditions morbides, telles que :

Les indigestions provoquées par une surcharge alimentaire habituelle de l'estomac;

La gêne et la sensation d'un poids incommode à la région préstomachique, causées par des matières et des sucs corrompus dans les premières voies;

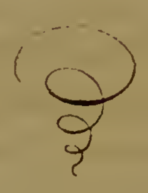
La jaunisse chronique due à l'écoulement trop lent du fluide biliaire du foie dans les intestins;

Les phénomènes excentriques des hypochondri-

aques, les dérangements intellectuels de date récente, les conditions qui font soupçonner l'invasion d'un désordre mental ;

L'excès du sang dans le cerveau par suite d'un travail de cabinet trop soutenu ;

Et, en général, toutes les circonstances anormales contre lesquelles la médecine ordinaire emploie avec succès les vomitifs et les agents qui impressionnent vivement l'imagination et secouent à la fois vigoureusement tous les rouages de la machine vivante.



TROISIÈME PARTIE.

Effets du bain sur le baigneur.

Ils se divisent en effets primitifs ou immédiats, et en effets consécutifs ou médiats, suivant qu'on les observe pendant ou après le bain.

Effets immédiats.

Le plus important des phénomènes qu'on observe sur le baigneur entrant au bain dans la mer, c'est le *frisson* appelé *primitif*, qui se dissipe bientôt, revient après un temps variable, et reçoit alors le nom de *frisson secondaire*. Chaque individualité présente de telles différences, tant dans la mesure de sa sensibilité

à l'action immédiate du bain, que dans celle de la résistance qu'elle oppose à son impression consécutive, qu'il est impossible d'en donner une idée complète sans diviser les baigneurs, sous ce rapport, par catégories.

Les personnes jeunes ou adultes, robustes et saines, caractérisées par l'embonpoint ou une circulation à la peau très active, et celles habituées aux bains de rivière ou aux bains froids domestiques, n'éprouvent presque aucune impression en entrant dans la mer; leur visage reste impassible et se décolore à peine. Elles peuvent rester une demi-heure et au-delà dans l'eau, si elles se livrent à la natation, sans ressentir le frisson secondaire. En sortant du bain, l'impression de l'air sur elles est presque nulle, et elles jouissent d'une réaction prompte et facile.

Cependant les baigneurs qui forment la deuxième catégorie, reçoivent, pour la plupart, une vive impression du froid, et sont saisis d'une constriction suffocante dans l'une ou l'autre région de la poitrine ou vers le creux de l'estomac. Chez eux, le visage pâlit, les traits se contractent, et la concentration du sang à l'intérieur provoque une légère quinte de toux ou une chaleur inaccoutumée dans la poitrine, des palpitations du cœur, et parfois des vertiges. L'invasion du second frisson se déclare chez eux à des intervalles de cinq à quinze minutes après le premier frisson. La réaction est également vive ici,

et son intensité est proportionnée à l'énergie des forces vitales de chaque organisation.

Les personnes à sensibilité nerveuse exaltée, celles atteintes de faiblesse des nerfs, celles qui se trouvent dans l'âge où la croissance est rapide, celles qui touchent à la vieillesse, et celles qui viennent aux bains de mer en sortant de faire une saison aux eaux thermales, constituent la troisième série. Ces baigneurs, en entrant dans l'eau, éprouvent un sentiment de froid si vif qu'il leur arrache quelquefois des cris; bientôt une couleur violacée couvre leurs lèvres, et l'altération des trais de leur visage est frappante. Chez quelques uns de cette catégorie, le premier frisson est séparé du second par un intervalle de trois à quatre minutes. Les autres, en proie au malaise et aux angoisses du frisson primitif, qui persiste ou s'interrompt à peine, conservent une immobilité pernicieuse pendant le peu de temps qu'ils se tiennent au bain, d'où ils sortent bien vite en grelottant, le corps en horripilation, et en claquant des dents.

Une quatrième catégorie comprend les enfants. Il y a lieu de s'étonner du courage avec lequel ces petits êtres, surtout les plus jeunes, supportent la mer, quoique, au début, quelques uns pleurent, crient et se débattent violemment. Les plus chétifs même acquièrent promptement l'habitude et finissent par s'amuser au bain. Ces organisations naissantes, après deux ou trois bains, supportent facilement

l'impression du froid de l'eau, et généralement la réaction a lieu chez elles dans des proportions convenables. Quelques enfants, en très petit nombre, présentent de la résistance formelle pour le bain. Dans ce cas, les parents feront bien d'user d'un peu de contrainte; car c'est un fait acquis par l'expérience, qu'à peu près indistinctement à toutes les constitutions de cet âge, les bains de mer peuvent beaucoup de bien, et que s'ils sont jamais nuisibles, c'est dans des circonstances exceptionnelles infiniment rares.

Faisons remarquer incidemment que le bain, à température égale, paraît plus froid, et que son impression est plus profonde lorsque la mer est calme, que dans les temps où elle soulève et projette des vagues et des lames considérables. De là ce fait, que par une mer très agitée le bain paraît excellent, alors même que son agitation coïncide avec un abaissement de température subit et sensible de l'air. Quatre causes expliquent cette singularité :

La stimulation plus vive de la peau par la percussion des fortes vagues et des lames ;

Les efforts constants du baigneur pour tenir l'équilibre ;

La production d'une petite quantité de calorique au milieu des flots par l'effet du frottement rapide et incessant des molécules de l'eau les unes contre les autres ;

Enfin, la température de l'atmosphère peut se refroidir instantanément et rester pendant un certain laps de temps dans cet état, sans que celle de la mer se mette en équilibre avec la sienne.

Ajoutons que le sentiment de réfrigération qu'éprouvent les baigneurs en entrant dans la mer, et que beaucoup redoutent, diminue à mesure que l'on prend l'habitude du bain, et même finit par cesser complétement après un petit nombre de jours. D'ailleurs, la sensation pénible de froid provient, chez quelques uns, d'un état morbide éphémère actuel qui peut totalement avoir cessé les jours suivants; chez d'autres, elle dépend de la maladie, et alors elle diminue ou cesse entièrement selon que la guérison avance ou devient complète.

Disons aussi que la natation assiste beaucoup pour prévenir l'exagération de la durée du premier frisson, et retarde sensiblement l'invasion du second.

Effets mediats.

Ces effets sont la conséquence de ceux que nous venons d'analyser et conduisent aux bons résultats des bains sur la santé. On les observe à des époques plus ou moins avancées de la cure.

En général, après les premiers bains, on voit survenir chez la plupart des baigneurs un état de

fatigue, d'accablement dans le système locomoteur, qui se communique à la pensée et provoque le sommeil même au milieu du jour. Cette bienfaisante paresse générale ne dure que trois à quatre jours, et fait alors place à une vivacité et à une énergie inaccoutumées du corps et de l'esprit.

Quelques baigneurs, et notamment les sanguins, sont pris, au milieu du traitement, d'une courbature qui les oblige par instants à se coucher; d'autres éprouvent un sentiment d'oppression dans la poitrine, des battements de cœur et des étouffements, accompagnés des symptômes d'un mouvement ascensionnel du sang vers la tête. Ces indispositions légères sont l'expression de la naissance d'un état pléthorique sous l'influence fortifiante des bains, et ne doivent pas y faire renoncer, la cause qui les a occasionnées servant elle-même à les faire disparaître par sa continuation rationnelle secondée d'un régime approprié.

On observe aussi, mais rarement, chez les baigneurs, que le sommeil nocturne se trouble et s'entremêle de réveils, d'agitation, d'impatience, de crampes, de rêves érotiques ou de légères douleurs vésicales : ce sont ordinairement là des prodromes salutaires d'un flux hémorrhoïdal ou de toute autre évacuation critique avantageuse.

Les démangeaisons, les chaleurs erratiques et les sueurs partielles ou générales de la peau, sont des

phénomènes qu'on observe plus souvent, et qui diminuent et cessent spontanément à mesure que le baigneur avance dans la *saison*.

Disons en finissant cet article, que chez les enfants les effets médiats des bains dépassent très rarement les limites de l'état normal.



Résultat des bains sur le mécanisme des différents rouages du corps.

Avant de faire connaître les résultats hygiéniques et curatifs des bains de mer dans les cas particuliers, nous indiquerons succinctement leur influence sur le jeu vital des différents rouages de la construction humaine.

Ils ramènent à l'état normal les dérangements fonctionnels naissants qui ont de la tendance à devenir des maladies déterminées, et ils fournissent au corps, contre les causes qui détruisent la santé, une résistance vitale supérieure à celle qu'il leur opposait jusqu'alors.

Dans les convalescences et les maladies qui sont cause ou effet d'une grande débilité de tout le corps, ils hâtentconsidérablement la restauration des forces générales.

Sous leur influence, l'assimilation devient plus active dans une proportion très forte. Ainsi l'on voit

rapidement succéder l'embonpoint à l'amaigrissement, dans les cas où ce signe est le résultat d'une croissance trop hâtive ou d'une maladie dangereuse récemment guérie. Les cicatrices de fraîche date se consolident et gagnent les conditions qui les rapprochent de la souplesse de la texture de la peau. Certains ulcères de la peau tendent à la fermeture, et, chez les enfants, l'évolution dentaire et l'accroissement du corps sont accélérés.

Ils impriment à l'estomac une énergie jusque-là inconnue ou perdue depuis un certain temps; ils régularisent les fonctions de cet organe, facilitent et accélèrent les digestions, guérissent les diarrhées rebelles, et causent, chez la plupart des baigneurs dont la santé est peu ou pas altérée, un resserrement de ventre temporaire qui survient habituellement du sixième au dixième bain. Le ralentissement des selles dans ces circonstances semble, à la première réflexion, être un point en contradiction avec l'action que nous reconnaissons aux bains de mer, qui est celle de guérir les obstacles au cours ordinaire des garde-robes chez les personnes qui ont l'habitude d'une vie très-sédentaire ou d'un long séjour forcé au lit. Cette objection irréfléchie cesse devant la réponse, que l'on obtient des résultats divers des bains de mer, comme on en obtient de maint autre remède, suivant les doses et les différents modes d'emploi et d'action dont ils sont susceptibles.

Les éliminations anormales de certains fluides diminuent en quantité et souvent se tarissent complétement : c'est pourquoi on utilise avec tant de succès les bains de mer contre les flueurs blanches, les fluxions chroniques des intestins, les écoulements muqueux du nez, de l'oreille, les suppurations intarissables de la peau. Mais ils ne modifient pas, ou simplement d'une manière très-peu sensible, les éliminations naturelles. Parfois cependant l'urine devient sédimenteuse et prend une teinte plus foncée : il n'est pas rare, dans ces circonstances, qu'elle dépose au fond du vase une matière rouge brique.

L'absorption au milieu des tissus s'accroît incontestablement; elle est rendue surtout évidente par la diminution du volume du corps, chez les femmes lymphatiques et douées d'un embonpoint exubérant, par la détuméfaction des engorgements chroniques péri-articulaires, le retrait aux proportions naturelles des glandes lymphatiques internes et externes, le dégorgement des amygdales qui obstruent le passage de la gorge, la dissolution de l'intumescence du col de la matrice, due au relâchement de la texture de cette portion de l'organe.

Après le bain de mer, l'exhalation des fluides par les pores de la peau gagne en abondance, reparaît si elle a intégralement ou partiellement cessé, et se renferme dans des limites propres à la santé lorsqu'elle s'est élevée à un excès morbide par suite de

l'atonie de la surface du corps. C'est par le redoublement d'activité des fonctions exhalatoires de cette surface et sa rubéfaction dérivative, chaque jour renouvelée par une réaction impétueuse après le bain, qu'il faut se rendre compte de l'annihilation de l'élément rhumatismal par la cure maritime.

Les liens sympathiques qui existent entre les fonctions de la peau et celles de la membrane qui tapisse à l'intérieur les tuyaux aëriens et les tuyaux de l'appareil digestif, expliquent les influences efficaces et curatives de nos bains sur les désordres morbides de cette membrane.

Chez les personnes irritables, il arrive que le pouls s'accélère après le bain; mais généralement il diminue d'activité, principalement chez les personnes robustes. Ce ralentissement des contractions du cœur, joint à la dissémination du liquide sanguin dans toute l'étendue du réseau vasculaire de la peau, est éminemment propre à résoudre les obstructions sanguines des viscères lorsqu'il faut les attribuer à la faiblesse des fibres de leur tissu. Ces phénomènes neutralisent aussi les congestions nerveuses et les stases du sang dans les veines de la tête, par la répartition égale des fluides à toute la périphérie.

L'efficacité collective des bains et de l'air de la côte dans la curation des scrofules est incontestable, elle est due au rétablissement de l'équilibre, en faisant recouvrer au système sanguin la prédominance d'ac-

tion qu'il a perdue; car il est généralement reconnu aujourd'hui que cette maladie consiste dans une sanguification incomplète ou viciée, amenant consécutivement une nutrition de mauvaise nature. Or, l'action sanguifiante des bains de mer et de son atmosphère est chose avérée, et se constate tout particulièrement dans les affections scrofuleuses par les modifications générales qui précèdent l'amélioration des symptômes locaux. Ces modifications s'annoncent par une série de phénomènes prouvant que le sang, mieux élaboré, est devenu plus abondant en matériaux rouges, et que l'appareil sanguin a recouvré une certaine prépondérance sur le système lymphatique.

L'observation démontre également que nos bains jouissent d'une action perturbatrice et calmante, et sont employés avec succès contre les crampes de l'estomac, les attaques de nerfs, les sombres pensées des hypochondres, les douleurs nerveuses siégeant dans les membres ou dans l'une ou l'autre région de la périphérie du corps.

Disons encore que la stimulation et l'effet tonique que les eaux d'Ostende provoquent sur l'organisation entière, se communiquent d'une manière très sensible aux organes reproducteurs. Leurs effets ne se bornent même pas aux phénomènes extérieurs, ils influent aussi avec succès sur les actes les plus intimes des fonctions de ces organes, à savoir sur la fécondité et la qualité du fruit.

Le but de notre écrit ne comportant pas de plus amples développements sur l'action sanitaire des bains, par rapport à leur influence sur le mécanisme organique, nous allons tâcher de réduire ces effets en termes généraux.

Les bains de mer agissent à l'instar, 1° des remèdes pharmaceutiques qui aiguillonnent, raniment et fortifient le corps : dans les maladies où la faiblesse des tissus constitue le principal obstacle à la guérison ; dans les affections provenant d'une diminution de l'énergie des puissances vitales ; dans les souffrances nerveuses exaspérées par la débilité et l'inertie, ou engendrées exclusivement par ces conditions anormales ; dans les paralysies locales dont les causes sont restées obscures et sont exemptes de phénomènes inflammatoires, etc. ;

2° Des remèdes qui ont la vertu de dissoudre les tumeurs, de transformer avantageusement et de purifier les molécules constitutives du corps : dans les scrofules et autres états cachectiques glandulaires, les maladies chroniques de la peau, etc. ;

3° Des remèdes anti-nerveux, anti-vaporeux, calmants, et de ceux qui provoquent un ébranlement, une secousse générale favorable des rouages du corps indistinctement : dans tous les dérangements du système nerveux, etc. ;

4° Des remèdes qui, par leur action rubéfiante sur la peau ou par leur appel aux flux sur les intestins,

font dériver le sang des régions, où il gêne par le trop, et le distribuent, très utilement, à la surface de la peau ou à la surface du canal alimentaire, etc. ;

5° Des remèdes qui provoquent les règles : dans les retards de l'apparition périodique chez les pubères débiles ; dans la cessation ou la diminution du flux mensuel dépendant de la pauvreté du sang ; dans l'affection connue sous le nom de pâles couleurs, qu'elle soit cause ou effet de la disparition des époques ;

6° Des anti-hémorrhagiques : dans les écoulements mensuels outrés, les pertes sanguines à travers les mailles trop peu serrées de la matrice, les saignements dus au relâchement de la matière charnue, par n'importe quelle partie du corps, les poumons exceptés.



QUATRIÈME PARTIE.

Effets salutaires des bains dans chaque cas particulier.

Dans cette partie, qui est celle véritablement pratique et par conséquent la plus utile de ce livre, il est fait mention exclusivement des dispositions qui laissent prévoir la perte de la santé si l'on n'y met promptement obstacle, des maladies confirmées, et des nuances variées des différentes affections dans lesquelles la vertu médicale des bains de mer est constatée et réelle. Chaque cas individuel, formant l'objet d'un article séparé, y est suivi d'instructions et de renseignements suffisants pour qu'il soit facile à chacun des baigneurs qui consultera ce guide, de

faire usage de ces bains et de leurs auxiliaires, non seulement sans danger, mais avec les meilleurs résultats possibles.



Maladies particulières aux dames.

Faiblesse générale.

Sous ce terme, vague au point de vue du langage médical, nous voulons désigner : les dames qui sont naturellement faibles, ou le sont devenues par suite de maladie ou après l'emploi trop prolongé d'une médication débilitante. Les principaux symptômes qui les caractérisent sont les digestions pénibles, la maigreur, l'insomnie, les douleurs mal définies se fixant au devant de la poitrine ou entre les épaules, et les migraines à siége varié ;

Les dames qui se sont mariées à un âge trop jeune et sont plongées depuis dans un état de langueur habituel, ainsi que celles qui sont épuisées de bonne heure par des soins maternels trop soucieux ou par un allaitement trop souvent répété ;

Celles qui, à la suite de couches, ont perdu leur

embonpoint, et chez lesquelles on constate une faiblesse profonde à la pâleur de leur visage, au sentiment de lassitude générale qu'elles accusent, à l'affaiblissement de la voix, aux douleurs du dos, aux maux de reins, aux petites pertes rouges de la matrice, aux souffrances nerveuses de l'estomac, à la consistance endurcie des résidus alimentaires non assimilés et expulsés avec difficulté.

En général, toutes ces personnes chétives ont peu de réaction. En conséquence, elles se prépareront aux bains pris dans la mer par un certain nombre de bains d'eau de mer chauffée, en suivant les conseils et les principes consignés dans l'article spécial relatif à l'administration de ceux-ci. Elles choisiront de préférence, pour leur installation à Ostende, les mois d'août et de juillet; elles ne se baigneront dans la mer que vers le milieu du jour; elles s'abstiendront des bains rigoureusement et sans regret lorsqu'il fait un temps relativement par trop mauvais, eu égard à la faible résistance qu'elles ont à opposer aux éléments agités de l'Océan, et leur séjour dans l'eau sera strictement limité à une ou deux minutes au plus pour les premiers bains; ensuite la durée pourra en être portée graduellement à quatre ou cinq minutes.

Avortement et faiblesse locale.

Les dames d'un tempérament lymphatique, sujettes

aux pertes blanches, tristes, mélancoliques et visionnaires, devenues progressivement nerveuses à mesure qu'elles ont perdu leurs forces; les dames qui sont héréditairement sensibles et impressionnables à un degré qui dépasse l'imagination, et sont tourmentées en outre par des souffrances capricieuses qui ont leur siége dans les nerfs de l'estomac, ont déjà éprouvé les chagrins de l'avortement ou y sont exposées. Aucun autre moyen n'est supérieur aux bains de mer pour combattre ces conditions prédisposantes aux fausses couches: leur influence tonifiante sur ces organisations se propage à la matrice, et ce viscère acquiert par là la force d'arriver au parfait accomplissement d'une gestation future.

Les dames affectées de faiblesse locale se traduisant par la flaccidité des parois du ventre, à la suite de reproductions volumineuses ou multipliées; celles atteintes d'un simple relâchement des liens qui nouent en avant les os du bassin ensemble, occasionné par un enfantement pénible, accident qui se reconnaît à la fatigue, aux douleurs aux aines et aux hanches que produit la marche; et les dames qui après l'accouchement conservent des souffrances aux reins, dues à des altérations inappréciables dans la texture de l'utérus ou dans les ligaments qui le fixent, trouveront également une puissante ressource au rétablissement de leur état primitif dans l'emploi judicieux des bains de mer.

Parmi ces dames visiteuses de nos bains, les plus ennemies du froid se règleront sur la conduite balnéologique indiquée dans l'article précédent. Les autres peuvent se baigner d'emblée dans la mer : quatre et progressivemens sept minutes de séjour dans l'eau sont le terme qui leur convient pour chaque bain. Après dix à quinze jours de traitement, elles chercheront à recevoir le choc de la vague ou des lames sur le bas du dos, et se feront administrer des affusions ou des arrosements sur cette partie.

Déplacements de la matrice.

Les déplacements de la matrice curables aux bains de mer, sont : les relâchements, les abaissements, les déviations, les obliquités, les inclinaisons, existant au degré le plus simple, sans complications inflammatoires aiguës actuelles, et se caractérisant par les symptômes principaux et les caractères individuels qu'on va lire.

Ils donnent lieu fréquemment à la rareté et aux irrégularités quantitatives et qualitatives des époques menstruelles ; à une grande difficulté de marcher et de se tenir debout ; à des douleurs des reins, des aines, de l'un des flancs ; à des coliques du bas-ventre ; à des pesanteurs dans le bassin ; à des flueurs très ténues ; à une sensation locale de gêne et de calorique excédant ; à des désordres nerveux de l'estomac ; à des

digestions pénibles; au besoin fréquent de manger; à de l'essoufflement; à des états de souffrances dans les nerfs, variées et souvent bizarres; à de l'altération dans les traits du visage; à l'affaiblissement de la nutrition et des forces générales. Toutes ces conditions douloureuses sont d'ailleurs aggravées par la préoccupation morale, les peines de cœur, le séjour au lit prolongé et l'abus des bains chauds.

Au début de la cure, ces malades prendront dans la mer des bains de quatre à cinq minutes de durée. Après, elles pourront avec avantage progressivement porter leur séjour dans l'eau à quinze et même à vingt minutes. L'usage de deux bains par jour réussit à quelques unes; mais il est toujours prudent de prendre à cet égard l'avis du médecin. Les immersions rapides et nombreuses, administrées alternativement avec les affusions, tantôt avant, tantôt après le bain, sont d'une application très utile; leur action réfrigérante instantanée excite à la contractilité tous les tissus du corps; effet qui, se communiquant aux ligaments de l'utérus, est des plus efficaces pour replacer et maintenir cet organe dans sa position normale. Les irrigations d'eau de mer, à température naturelle, appliquées directement sur la matrice à travers le canal sexuel, sont indispensables pour maintenir le redressement.

Pendant tout le temps que dure ce traitement, les dames feront bien, si elles veulent atteindre avec plus

de certitude et de célérité leur but, de se promener et de se reposer tour-à-tour avec discernement pendant les heures qu'elles passent chaque jour au bord de la mer, et de garder, lorsqu'elles sont assises ou couchées, une attitude adaptée à l'espèce de déplacement qu'elles demandent à la mer de guérir.

Engorgements de la matrice.

Les engorgements de différentes natures du col et du corps de la matrice, actuellement non inflammatoires et pas ou peu douloureux, ayant été ou non le siége d'écorchures ou d'ulcérations et même lorsqu'ils en sont présentement surmontés, pourvu que le caractère n'en soit ni spécifique ni malin, sont les seules altérations de la texture de l'utérus que l'on confie avec succès aux bains de mer.

Avant de se fixer, la plupart de ces engorgements sont précédés de ces conditions : de jeunes femmes, souvent de constitution très faible, ressentent après leur mariage, ou après une couche, des douleurs dans la matrice, le canal sexuel, ou vers la région inférieure du dos, s'irradiant parfois jusqu'au siége ; des flueurs d'abondance et de caractère variés se joignent à ces premiers indices. Les règles se dérangent diversement ; les fonctions digestives s'altèrent ; une faiblesse générale se déclare, et la marche devient fatigante. Certaines dames sont impressionnables au moindre

choc moral; quelques unes tombent dans un état de faiblesse qui se jette sur les nerfs, ce qui les expose aux mille tourments implacables des maladies de ce système. Très souvent la cause réelle de tous ces phénomènes morbides reste méconnue, parce qu'on néglige généralement trop de soumettre à l'observation directe les parties lésées, soit parce que les dames s'y refusent par un sentiment de pudeur mal entendu, soit à cause de tout autre motif.

Dans les maladies du tissu de la matrice, il ne faut jamais oublier que les bains de mer sont d'une application délicate, exigeant la plus grande circonspection, car les inconvénients sont ici très voisins des avantages; ce qui oblige, faut-il le dire, de *louvoyer* dans leur administration.

Le vrai moyen de tirer profit des bains et d'éviter des phénomènes locaux et généraux d'exaspération, consiste à ouvrir prudemment la saison par deux ou trois bains chauds d'eau de mer, à température appropriée aux cas individuels; à se faire administrer ensuite des immersions et des affusions préliminaires aux bains pris dans la mer, à ne jamais commencer ceux-ci par une mer forte; à ne les faire durer que trois à cinq minutes au *maximum;* à les suspendre aussi souvent que l'exigent les faits contingents de chaque jour; à prendre un jour de repos après chaque série de quatre à cinq bains; et à remplir utilement ces jours de suspension par de petites

promenades fréquentes dans le voisinage le plus rapproché des flots amers.

On ne peut, dans les maladies de la texture utérine, établir rigoureusement d'avance le nombre de bains qu'il convient de prendre. En général, la cure doit être d'une durée moyenne et suivie avec discrétion, un nombre de bains dépassant les limites rationnelles pouvant nuire au résultat convoité.

Malaises nerveux de la matrice.

Ces malaises existent sans lésions matérielles appréciables aux sens. Ils sont occasionnés par la distribution irrégulière du fluide vital ou nerveux dans les mailles de cet organe. En effet, tous les moyens d'investigation locale établissent péremptoirement que la matrice et ses annexes ne sont nullement dérangés soit dans leurs rapports de situation, soit dans leurs éléments constitutifs; et néanmoins ces malaises torturent les dames à l'égal des maladies qui accompagnent les lésions les plus graves de ce viscère. Outre l'absence d'altération de texture, cette affection se distingue encore des autres maladies de l'utérus par la particularité qu'elle se reproduit souvent pendant l'hiver et cesse non rarement en été, qu'elle revient par crises, par accès, souvent sans cause connue, quelquefois après un refroidissement des pieds, ou par le fait seul de certaines conditions

atmosphériques. Une fois la crise passée, ces personnes rentrent dans la sécurité et dans les habitudes ordinaires de la vie.

Une saison de bains de mer, passée avec l'observance de toutes les règles hygiéniques et ceux que l'art prescrit concernant leur emploi, combat souvent victorieusement les douleurs quand elles existent présentement, et d'ordinaire en prévient définitivement ou du moins en éloigne le retour quand elles n'existent pas dans le moment.

Stérilité.

L'opinion du monde parle de l'efficacité de nos bains dans la stérilité des dames, avec une exagération qui altère ou détruit ce qu'elle a de réel. Le mode d'action de ce moyen chez les dames non fécondes n'a rien de spécifique. Dans la pluralité des cas, la stérilité dépend évidemment d'un état morbide matériel quelconque de la matrice, des trompes ou des ovaires, tels que: les flueurs abondantes, l'irrégularité menstruelle, soit que l'écoulement périodique est trop aqueux ou trop abondant, soit qu'il est trop rare ou trop rapproché; le dérangement de situation de l'utérus, l'occlusion de son col, son intumescence chronique intégrale ou partielle, celle des ovaires, l'oblitération des trompes; l'altération scrofuleuse ou chlorotique de la constitution. Les

bains de mer, en guérissant ces obstacles, rendent à la femme l'aptitude à la procréation. Les dames dont les relations restent infructueuses à cause d'une altération morbide insaisissable, deviennent de même souvent fécondes sous l'influence de l'action dynamique des bains; mais on est réduit à ignorer les changements à l'aide desquels a été rétablie, dans ces circonstances, la normalité des fonctions génératrices.

Si les dames qui n'ont jamais eu d'enfant, doivent souvent le bonheur de devenir mères à l'usage des bains de mer, à plus forte raison les dames qui sont douées de l'aptitude à la conception, mais qui n'ont pas eu d'enfant depuis plusieurs années à cause de l'un ou de l'autre dérangement accidentel précité, peuvent-elles compter redevenir fécondes sous l'influence modificatrice qui se répand sur les parties endommagées du mécanisme, à la suite d'une cure rationnelle aux bains d'Ostende.

Les nombreuses différences qui existent entre les individualités infécondes empêchent de formuler, en termes généraux, la manière de faire usage des bains et de leurs auxiliaires, qui réussit le mieux à chaque cas envisagé isolément. Disons toutefois que la *saison* doit être prolongée pour être efficace, et que les bains courts et nombreux sont ceux qui renferment le plus de chances favorables.

Attaques de nerfs.

Cette maladie, qui reconnaît souvent pour cause une émotion subite ou des affections morales longuement agissantes, s'observe d'habitude ou menace de faire invasion chez les femmes amaigries, nerveuses, mobiles, très susceptibles, d'une imagination vive, faciles à s'inquiéter pour les plus légers motifs, impatientes, irritables, opiniâtres. La plupart sont ordinairement mélancoliques, solitaires; les occupations sérieuses les fatiguent beaucoup; leur sommeil est souvent difficile, incomplet, et rarement profond. Quelques unes sont d'une gaîté extrême et rient sans cesse pour des causes légères ou sans savoir pourquoi; mais presque toutes sont profondément préoccupées de leur santé et parlent avec émotion de leurs souffrances. A mesure qu'elles se livrent à l'analyse de leurs sensations, on voit leur visage se colorer, leurs mains trembler et les larmes s'échapper de leurs paupières. Le flux menstruel est irrégulier chez elles, ou bien, s'il vient chaque mois, il est difficile et de courte durée.

Lorsque l'affection s'élève à un degré plus élevé, elle prend le nom d'*hystérie*. Elle se traduit alors par des symptômes qui reviennent par accès, parfois périodiques, plus ou moins rapprochés, et consistent en une oppression aux précœurs, une pression constrictive au cou, une chaleur vive au visage, une sen-

sation ascensionnelle d'un corps globuleux partant du bas-ventre vers la région du gosier, la perte de connaissance, des mouvements violents d'extension et de flexion alternative des membres. Ces accès, qui se mêlent souvent à des crises de forme épileptique, attaquent spécialement les filles et les jeunes dames trop mollement élevées, d'une belle apparence de santé, mais d'un jugement peu sûr, d'une constitution souvent forte et même musculaire, d'une menstruation difficile, irrégulière et peu abondante, d'une extrême impressionnabilité, et livrées aux spasmes, aux serrements de la gorge, de la poitrine, et aux larmes pour la plus légère contrariété.

Dans les limites de notre écrit, nous ne pouvons donner la description de toutes les nuances d'attaques de nerfs curables aux bains de mer; mais nous pouvons conseiller de suivre les préceptes balnéologiques suivants, à toutes les personnes qui sont en proie à des maladies qui ont des rapports avec celles dont nous venons d'esquisser le tableau.

Les malades, chez lesquelles prédominent l'affaiblissement, la pusillanimité, la susceptibilité au froid, préluderont avantageusement aux bains *des carrés* par quelques bains chauds préparatoires; d'abord à la température de trente-cinq degrés centigrades et graduellement ensuite abaissée à vingt-trois; ces bains seront d'un quart d'heure à vingt minutes de durée. Elles feront toujours usage d'affusions et

d'immersions, conjointement et simultanément avec les bains pris dans la mer, lesquels, au commencement, seront de deux à trois minutes au plus, et ne dépasseront, à la fin du traitement, en aucun cas, la durée de cinq à sept minutes. Si la personne, à cause d'une excitabilité ou d'une appréhension extrême, redoute invinciblement les affusions, elle les fera remplacer par de copieuses ablutions de la tête et de la nuque, pratiquées avant et après chaque bain.

Digestions difficiles.

Beaucoup de personnes sont sujettes aux digestions difficiles et pénibles dont l'origine remonte à des causes morales déjà anciennes, qui ont de prime abord occasionné des crises et des douleurs nerveuses violentes de l'estomac, et donné lieu, en quelques mois, à une altération assez profonde dans la constitution. Tous les liquides et les aliments ingérés provoquent des souffrances dans le viscère de la digestion; ce ventricule néanmoins, après avoir été soumis longtemps à un régime émollient et sévère, finit par ne plus digérer que des substances alimentaires très nutritives. La langue reste humide et pâle, mais éprouve une sensation de brûlure au contact du bouillon, du beurre et des autres nourritures grasses; la rareté et la dureté des garde-robes est un signe constant de cette maladie, et

assez fréquemment les règles conservent leur régularité normale.

Dans cette affection, qui est purement nerveuse, et celles qui ont de l'analogie avec elle, les bains de mer chauds sont plutôt nuisibles qu'utiles; ceux dont la température ne descend pas même au-dessous de vingt-huit degrés centigrades refroidissent extrêmement ces malades sans les tonifier. Généralement elles appréhendent au dernier point de se baigner dans la mer; et pourtant c'est la seule espèce de bains d'eau salée qui leur soit utile. Aussi, quand elles ont su vaincre leur aversion, elles ont bientôt à s'en féliciter. Cependant il importe qu'elles ne se rendent à la mer que dans les circonstances les plus favorables de l'atmosphère, et que la durée de leurs bains soit limitée dans les proportions les plus restreintes.

Les premiers jours, une ou deux immersions doivent suffire, vu que l'impression que ces dames éprouvent au bain est des plus vives et se manifeste par la suffocation, des cris et un état nerveux qui se prolonge assez longtemps. Mais les premières appréhensions une fois vaincues, il n'est pas rare de voir les plus délicates d'entre elles se passionner pour le bain, et cela en raison souvent de la célérité du retour de leur santé qui a lieu à leur grande joie.

Douleurs vives des nerfs de la face et de la tête.

Bien que ces anomalies attaquent les deux sexes, nous les avons classées ici, parce qu'en général ce sont les dames qui viennent demander des secours aux bains de mer contre ces affections qui leur sont si familières.

Ce remède triomphe aisément des souffrances de la face et de la tête, qui sont vagues et passagères, surtout lorsqu'elles revêtent les formes que nous allons faire connaître; mais on y a principalement recours lorsque le mal est opiniâtre et ancien, et qu'il a résisté à tous les moyens connus.

Ainsi, les personnes qui sont en proie à des *migraines* ou à des douleurs nerveuses intermittentes, consistant tantôt en un endolorissement du cuir chevelu, borné à l'une des moitiés symétriques de la tête, tantôt se fixant à l'un des côtés de la face ou autour des yeux, mais surtout les personnes qui sont privées de leur énergie morale et physique par la continuité et la violence des souffrances, et chez lesquelles on constate de l'amaigrissement, le teint pâle et cachectique, la tristesse et une impressionnabilité élevée au dernier point, obtiendront les plus heureux résultats de l'usage des bains de la côte.

L'extrême sensibilité de cette catégorie de baigneuses, aux vents d'ouest et au froid de l'atmosphère, doit les avertir de ne venir s'installer au

bord de la mer qu'au mois de juillet ou au mois d'août; sinon elles s'exposent sur le littoral à une crise nouvelle ou à l'exaspération de leurs douleurs présentes. Elles ouvriront la saison par les bains préparatoires, et réuniront aux bains de mer proprement dits, qu'elles doivent prendre avec brièveté et soudaineté, les affusions froides sur la tête.

Suppression des époques mensuelles.

La suppression qui trouve un moyen de guérison dans l'emploi des bains de mer se divise en deux espèces :

Celle qui est récente et relève d'une cause accidentelle, comme une émotion subite, une exposition au froid pendant une des époques; ou bien lorsqu'elle est survenue à la suite d'un accouchement et dépend de certaines lésions non inflammatoires de la matrice, ou bien encore lorsqu'elle relève de la pauvreté du sang, de la débilité accidentelle de la constitution;

Et celle qui se rattache à l'âge critique.

La cessation du flux mensuel, dans le premier cas, provoque des congestions sanguines vers différentes régions, que l'on reconnait à la rougeur exubérante de la face, aux douleurs dans les aines, aux hanches et aux reins, semblables à celles des jours qui précèdent les époques, à l'intumescence

éphémère du cou et de la gorge. Par leur action, les bains de mer remédient à ces mouvements congestionnaires et tendent à diriger le sang vers son issue naturelle, efforts qui réussissent presque toujours.

Dans le second cas, à savoir à l'âge de retour, la pratique de la mer prévient ou détruit les conséquences fâcheuses qui, chez les dames nerveuses, accompagnent cet état de transition d'une période de la vie à une autre, surtout quand ces conséquences se traduisent par des attaques de nerfs, des spasmes ou par la mélancolie.

Les bains d'eau de mer chauds, dans ces deux espèces d'absence de règles, sont inutiles, et ces malades se baignent d'emblée avec avantage dans la mer durant cinq à sept minutes, lorsqu'elles ne négligent pas d'ailleurs les conditions rationnelles qui les concernent.

Il n'en est pas de même quant aux dames qui sont tourmentées par l'âge critique et sont devenues subitement dartreuses, ou lorsqu'elles sont défigurées par un état gonflé, boutonneux, irrégulier des joues et du nez, si non par des maculatures rouges à la face, autour des yeux ou sur telle autre région de la peau. Elles feront exclusivement usage, elles, de bains de baignoire tièdes, et, en vue de purifier le corps des fluides et des matières peccants, qui menacent çà ou là les tissus d'une détérioration cancéreuse, elles boiront journellement de grandes

quantités d'eau de mer, et, en même temps, elles feront abondamment emploi de fruits et de légumes dépuratifs.

Écoulement difficile du flux périodique.

La mer assure des succès presque constants aux baigneuses qui se trouvent dans les conditions suivantes :

A celles qui sont fortes et chez lesquelles chaque apparition périodique se caractérise par la petite quantité, l'irrégularité et l'altération du sang menstruel, fréquemment mêlé à des flueurs, et dont l'apparition s'accompagne de phénomènes qui révèlent la souffrance sympathique des nerfs.

A celles qui ont la menstruation régulière et suffisante, mais chez lesquelles cette fonction est précédée, accompagnée ou suivie de douleurs du bas-ventre et vers le milieu du bassin, d'étouffement, de gêne dans la respiration, d'un état spasmodique général, de migraine et d'affaiblissement musculaire.

Aux personnes qui, avant ou pendant l'époque du flux mensuel, deviennent moroses, mélancoliques, méfiantes, cherchent la solitude, et portent un profond sentiment de chagrin et de malheur sur la figure.

Règles immodérées ou trop fréquentes.

Lorsque après les règles, en d'autres termes, après les purgations mensuelles, la femme éprouve de la faiblesse, de l'abattement, de l'inertie, de la mauvaise humeur, au lieu d'un sentiment d'énergie, de force, de fraîcheur et de gaîté, il faut en déduire qu'elle a perdu une quantité de sang au-delà de la nécessité, soit que l'écoulement ait été trop abondant soit qu'il ait été trop fréquent.

Cet état anormal est cause ou résultat d'une débilité profonde, et d'un relâchement ou plutôt d'une porosité de la substance charnue locale ou universelle. Il attaque ou menace, si déjà elles n'en sont pas frappées, les personnes dont la peau est flasque, décolorée, les lèvres pâles, les yeux cernés.

Les précieuses qualités des bains et de l'air de la mer font qu'une bonne *saison*, modulée sur les recommandations consignées dans les articles généraux sur nos bains à l'adresse des organisations chétives, guérit avec facilité ces écarts de la santé. Néanmoins, mais rarement, pour aboutir, il faut joindre aux éléments maritimes l'administration de quelques doses d'une substance ferrugineuse.

Conduite a tenir par les dames pendant la cure, au point de vue de leurs règles.

Les dames, en général, qui viennent aux bains de

mer pour des causes étrangères au trouble de la fonction mensuelle, peuvent, sans inconvénient, continuer l'usage de ces bains jusqu'au jour de l'irruption des règles, quelles qu'en soient d'ordinaire la quantité et la régularité. Elles peuvent encore agir de même quand leur époque est retardée de quelques jours, soit sous l'influence des bains de mer, soit par une cause accidentelle.

Les personnes qui se trouvent dans des circonstances supposables de conception, doivent, nous avons déjà eu l'occasion de le dire, suspendre les bains dès que l'écoulement périodique est en retard de quelques jours.

Il arrive quelquefois que les phénomènes mensuels, par l'effet des bains, se prolongent au-delà du nombre de jours habituel, et que, entre deux époques, on remarque un léger flux local rouge supplémentaire, inaccoutumé. Ces petites pertes excédantes sont généralement de bon augure et n'obligent pas à la discontinuation des bains, car ils finissent par régulariser l'harmonie qu'ils avaient pour un instant troublée.

Flueurs blanches.

L'utilité des bains de la mer du Nord pour se débarrasser des flueurs blanches, cette condition anormale si ennuyeuse et si gênante, est connue parmi

les dames. On rencontre difficilement des exemples d'insuccès, lorsque la puissance de ce remède est invoquée par des personnes qui sont en proie aux écoulements blancs qui ne relèvent pas d'une inflammation actuelle, surtout lorsqu'ils sont cause ou effet d'une grande faiblesse de la constitution, et présentant, dans l'un et l'autre cas, les caractères particuliers dont voici l'analyse : Les pertes blanches ont débuté sans avoir été annoncées par la moindre douleur; elles peuvent même exister primitivement depuis un temps plus ou moins long chez les dames lymphatiques, particulièrement lorsqu'elles habitent des climats froids ou des contrées humides; elles compliquent souvent l'état maladif spécial, propre aux *pâles couleurs* ou à l'absence des règles, et affectent très fréquemment les dames épuisées par des couches nombreuses ou par des relations intimes trop fréquentes, particulièrement quand elles commencent à avancer en âge; elles changent de qualité et de quantité à l'occasion de quelque excès ou d'erreur de régime.

Un des premiers effets de cette espèce de fluxion locale se fait sympathiquement sentir sur l'estomac; les malades y éprouvent des tiraillements habituels et proportionnés à la quantité de la perte blanche, ou plutôt à la somme d'impressionnabilité dont cette perte est la conséquence. Les fonctions digestives une fois dérangées, l'appétit se perd ou se déprave;

la nutrition n'est plus qu'incomplète, et il en résulte la faiblesse dans les membres, la paresse involontaire, la pâleur, la bouffissure de la face, certaine langueur du regard, l'amaigrissement général, l'indifférence, le dégoût des plaisirs, et souvent une tristesse profonde.

Ces baigneuses n'ont pas besoin de se préparer par les bains chauds préliminaires : directement elles peuvent user des bains en mer au milieu des carrés; mais elles ne feront durer les premiers que deux à trois minutes. Par la suite et par degrés, elles pourront les prolonger jusqu'à sept et même jusqu'à dix minutes. Les douches dirigées autour du bassin, et les irrigations locales avec l'eau de mer pure et fraîche, leur sont des auxiliaires d'une utilité importante.

Embonpoint démesuré.

Nous entendons par là, cet état dans lequel le corps a pris un tel accroissement par l'accumulation de la graisse dans le tissu cellulaire, que les mouvements en sont rendus difficiles et les formes disgracieuses. Cette anormalité constitue en quelque sorte un état intermédiaire entre la santé et la maladie. La prédisposition à cet inconvénient paraît consister dans une grande activité de l'assimilation, la torpeur du système nerveux, et la quiétude de l'esprit. Les dames qui se

trouvent dans ces conditions et veulent échapper aux conséquences d'un accroissement exagéré, doivent s'interdire l'usage des mets succulents, les boissons chaudes et sucrées, le repos, l'oisiveté, l'emploi fréquent des bains chauds, l'abus des saignées, le sommeil trop prolongé, surtout après le repas, et le calme des passions. Bien que l'exubérance du volume ne soit pas une maladie particulière aux dames, nous l'avons placée parmi les affections qui leur sont propres, attendu que généralement ce sont elles qui viennent demander aux bains de mer un remède contre ses inconvénients, et avant tout, s'il se peut, quelque diminution de leur corpulence outrée. Malheureusement nos bains ne peuvent rien contre cet embonpoint exagéré. Ils bornent leur action, dans l'occurrence, à imprimer plus de ton au mécanisme trop lourd, et à chasser partiellement l'état d'apathie et de répugnance aux mouvements qui caractérise les obèses.

Cependant, il est une catégorie de personnes que les bains de mer peuvent faire *maigrir,* tout en les fortifiant : ce sont celles qui, jeunes et d'un tempérament mou, ont été obligées, à cause de maladie, de garder longtemps le lit, et chez lesquelles la langueur de toutes les fonctions a entraîné la stase des liquides blancs dans les cellules situées en dessous de la peau, de manière à simuler une obésité de bon aloi.

Les obèses, pour obtenir à des résultats de quelque importance, doivent faire usage des bains de mer durant toute la saison. Leur séjour dans l'eau sera porté au *maximum* de la durée qu'on accorde pour ces bains et qui est de quinze à trente-cinq minutes. Elles seconderont l'influence excitante et dissolvante de chaque bain, au sortir de l'eau, par un exercice un peu forcé et un régime nutritif contraire à leurs habitudes alimentaires qui ont provoqué ou entretiennent l'ampleur importune de leurs formes.

Rougeur et prurit locaux.

Sous l'action des bains tièdes d'eau de mer et de l'emploi simultané fréquent de fruits et de légumes rafraîchissants, le prurit local des dames âgées s'atténue souvent; tandis qu'il faut l'usage des bains de mer proprement dits, pour combattre avec succès la rougeur également locale chez les jeunes dames très maigres et martyres de pertes blanches âcres et excessives, de même que chez les jeunes dames de grande corpulence et peu réglées. Ces bains doivent, dans ces circonstances, être prolongés de dix minutes à un quart d'heure; à ce degré de durée ils sont très efficaces pour effacer ces anomalies agaçantes.

Suppression apparente de la transpiration de la peau.

L'absence de toute moiteur à la peau, ou le défaut apparent de la transpiration, nous disons apparent, car l'évaporation continue en partie bien que la surface de la peau paraisse sèche, est observée dans beaucoup de maladies. Faire suer est une indication qui se présente très fréquemment. On fait avorter ainsi plusieurs affections qui ont pour point de départ un refroidissement, et qui souvent seraient graves. Ce principe très médical est aussi très populaire, et un grand nombre de personnes n'attendent pas, on le sait, les avis de l'homme de l'art pour se l'appliquer : « si je puis me faire suer, disent-elles, je n'aurai pas besoin de médecin. »

A notre point de vue, nous n'avons qu'à nous occuper de cette classe de personnes qui sont très sensibles au refroidissement de l'air, n'ont en aucun temps la peau animée par la plus petite coloration et ne transpirent jamais. Signalons que c'est particulièrement chez les dames que nous avons observé cette anomalie. Ses suites sur la constitution sont des phénomènes nerveux vers la région préstomachique, une sensibilité et une susceptibilité extrêmes des bronches et du larynx, et des fluxions catarrhales fréquentes du ventre à la moindre oscillation vers le bas dans les degrés thermométriques de l'atmosphère.

Une *saison* de vingt à vingt-cinq bains, pris alternativement dans le sable brûlant des dunes et dans la mer, observée avec toutes les règles de prudence commandées par la débilitation profonde des nerfs de ces baigneuses et l'extrême appréhension qu'elles manifestent à mettre la surface de leur corps en contact avec le frais de l'eau et de l'air salés, rétablit généralement l'ordre dans le jeu des fonctions de la peau.

Toujours pâles jusque-là, leurs joues se vascularisent, c'est-à-dire se colorent, la peau devient moite et transpire, l'harmonie s'établit partout et si bien que la plupart de ces dames avouent que les effets de la cure ont dépassé leurs espérances et qu'elles quittent à regret l'Océan.



Maladies particulières aux jeunes filles.

Faiblesse héréditaire ou acquise de la constitution.

Les jeunes filles formées, qui, à la suite d'une maladie grave, ont grandi très vite et sont restées maigres et élancées, qui ont l'appétit rare, qui ont conservé depuis leur enfance une grande disposition aux fluxions catarrhales des oreilles, du nez, des intestins, et qui, à cause de la fatigue qui les accable aussitôt, renoncent à tout exercice malgré les exhortations; les jeunes lymphatiques nouvellement réglées, sujettes chaque hiver à des catarrhes chroniques prolongés de la poitrine; celles qui présentent un gonflement plus ou moins considérable au devant du cou; celles qu'on n'a pu débarrasser d'une incontinence d'urine nocturne persistant depuis l'enfance, et celles qui, nonobstant leur état de puberté confirmée,

sont sujettes aux vapeurs et présentent en plus des phénomènes de suffocation et de spasmes, sont adressées à juste titre avec confiance aux bains de l'Océan.

En thèse générale, comme toutes ces délicates jeunesses sont très impressionnables à cause de la faiblesse qui les caractérise, on les fera débuter par des bains chauds préliminaires à température décroissante. On ne les fera baigner dans la mer qu'avec la plus sévère circonspection. Le bain, pour favoriser la réaction chez elles, doit être très court, et on a souvent besoin de les réchauffer, au sortir de l'eau, par des frictions sur la peau et une boisson chaude stimulante.

Anomalies du premier flux périodique.

Les pubères d'une constitution très faible, qui, après une ou plusieurs époques incomplètes, irrégulières et peu abondantes, ont vu leurs règles cesser de paraître, et qui, par suite de cette suppression, sont périodiquement tourmentées par des congestions rouges à la face, des affections nerveuses diverses, des souffrances vers la région inférieure du dos, des pesanteurs erratiques au bas-ventre, rencontrent des avantages certains dans l'usage de nos bains.

Les jeunes filles jouissant d'une constitution forte, réglées depuis peu et d'une manière précoce, chez

lesquelles le flux menstruel excède la quantité normale ou reste dans les limites voulues de quantité, mais se répète deux ou trois fois par mois et donne issue à un sang peu rouge et aqueux; qui se plaignent, à chaque période mensuelle, de douleurs au milieu du bassin, parfois assez vives; qui se fatiguent très vite et se font remarquer par une lenteur des actes physiques et intellectuels, surtout lorsque leur constitution présente quelques caractères de lymphatisme; à toutes ces jeunes personnes, disons-nous, quoique étant d'une complexion opposée à celle que présentent les jeunes filles de la précédente catégorie, l'usage des bains de mer n'est pas moins salutaire, quand elles s'imposent, en les employant, les règles et les précautions énoncées dans les généralités.

Puberté tardive.

On rencontre assez fréquemment des jeunes filles qui restent impubères au-delà de l'âge auquel la puberté se manifeste communément. Les bains de mer enlèvent avec assez de facilité cette anomalie, lorsqu'elle s'accompagne de maigreur, de pâleur, et que la détérioration est peu profonde; lorsqu'elle a pour cause un état d'affaiblissement général inné ou acquis par une maladie antérieure ou une croissance démesurément rapide; lorsqu'elle est présentement entretenue par des perturbations digestives habituelles.

Il est essentiel d'administrer au préalable à ces jeunes personnes quelques bains tièdes, dits de précaution, pris dans la mer à trois ou à cinq minutes : les bains plus prolongés produisent chez elles une réfrigération contre laquelle le corps réagit très incomplétement, causent par suite la toux et augmentent la faiblesse.

La tolérance de ces organisations malingres pour les bains, est vite épuisée; on doit généralement restreindre la cure à vingt bains dont la série doit être interrompue par un jour de repos de cinq en cinq jours, et ne recommencer une nouvelle *saison* qu'après un intervalle de repos de dix jours.

Il arrive que l'éruption du flux menstruel a lieu au bout d'un petit nombre de bains; mais dans les cas où les conditions fâcheuses sont le plus compliquées, la saison entière des bains est nécessaire pour atteindre cette heureuse issue.

Maladies communes aux jeunes filles et aux dames.

Pales couleurs.

Après qu'on a inutilement fait usage des ferrugineux et de leurs succédanés, les bains de mer conviennent aux jeunes filles qui présentent les traits principaux du tableau suivant :

Une teinte blanc-jaunâtre de la peau, et surtout de celle de la face, laquelle est comme transparente et ressemble à de la cire vierge; la flaccidité des chairs, la pâleur très marquée des lèvres, de l'orifice des narines et des paupières; la dépravation des fonctions digestives, la petitesse et la fréquence du pouls, les palpitations, la gêne de la respiration, les lassitudes spontanées, la tristesse jointe le plus souvent à des écoulements mensuels douloureux, incomplets souvent, nuls parfois.

La surface du corps de ces constitutions chétives

est sensible au dernier point à l'air sus-marin, et généralement elles sont saisies d'un sentiment de terreur à l'idée de prendre un bain froid. En effet, elles reçoivent une impression suffocante très vive du premier bain; mais cette sensation disparaît graduellement aux bains suivants. Néanmoins, chez quelques unes, le sentiment d'oppression qui suit la sortie du premier bain, persiste dans toute sa force pendant un plus ou moins grand nombre de jours.

C'est pourquoi ces jeunes filles feront bien d'entamer prudemment la saison par deux ou trois bains d'eau de mer chauffée, en sens inverse, le premier à trente-cinq degrés centigrades, le second à trente, le dernier à vingt-cinq. Ces bains doivent durer de quinze à vingt minutes. Ensuite ceux pris dans la mer seront d'une brièveté extrême au début, et, en aucun cas, même vers la fin de la cure, ces jeunes baigneuses ne séjourneront dans l'eau au-delà de cinq minutes.

Si l'on ne tient aucun compte de nos prévoyants conseils balnéologiques, non seulement ces personnes n'obtiendront point les effets spéciaux qu'elles sont en droit d'attendre de la mer, mais elles s'exposent à une foule d'accidents nerveux, tels que des spasmes, des étouffements, une constriction très gênante à la gorge.

A mesure que leur saison avancera, elles seconderont l'action des bains de mer par l'exercice sous

toutes les formes : la promenade à pied, en voiture, à âne, les jeux gymnastiques, les amusements à remuer le sable sur la plage, en face de la mer, et elles régleront le temps de ces exercices sur la mesure de leurs forces croissantes.

Les variétés de pâles couleurs affectant les dames adultes, auxquelles les bains de mer apportent sinon la guérison radicale, au moins des modifications curatrices très importantes, sont :

Lorsque la maladie semble tenir à des affections morales, à un état habituel de tristesse, et survient à des dames mariées et mères, chez lesquelles les éruptions périodiques ont cessé de paraître depuis une dernière couche, et semblent remplacées par des flueurs ;

Lorsqu'elle se déclare chez les dames d'un embonpoint lymphatique, éprouvant d'habitude des accès de souffrances dans les nerfs de l'une ou de l'autre région du corps, des douleurs au devant du cœur, de la difficulté à respirer, et qui ont eu des fausses couches plus ou moins nombreuses ;

Enfin, quand elle attaque des dames nerveuses et très faibles, dont le sang menstruel est rare et pâle, la circulation extrêmement lente, et qui jouissent de l'intégrité normale des organes contenus dans la poitrine, nonobstant la toux spasmodique qui les afflige.

Ces trois catégories de pâles adultes, moins im-

pressionnables au froid que les jeunes caractérisées plus haut, peuvent se dispenser des bains préparatoires. Elles se baigneront avec bons résultats directement dans la mer, pendant trois minutes, les premiers jours, puis graduellement pendant cinq et sept minutes.

Quelquefois la maladie, dans l'une comme dans l'autre catégorie d'âge, persiste au même degré, nonobstant l'influence si efficace des bains et de l'air de la mer; mais alors l'emploi de l'eau de Spa, judicieusement combiné aux éléments curatifs naturels d'Ostende, se rend presque toujours maître de ces cas récalcitrants.

Flux mensuel exagéré.

Ce terme médical fait allusion aux écoulements sanguins qui excèdent les limites de la fonction mensuelle régulière, ou qui surviennent à des époques qui ne sont pas affectées à cette fonction.

La forme de ce désordre, que la mer conjure souvent, est celle qui est liée à des signes de grande faiblesse constitutionnelle ou locale, et se caractérise par des pertes sanguines plus ou moins fréquentes, des règles rapprochées, précipitées, abondantes, longues et souvent douloureuses, lesquelles entraînent la nécessité de garder le lit. A la suite de ces accidents, la face présente un teint pâle ou pâle-jaunâtre.

A cet état viennent se joindre un dépérissement progressif, des lassitudes spontanées, un sentiment fréquent de défaillance, une langueur générale et de la fatigue à marcher.

Dans les flux utérins hémorrhagiques, il est urgent que les bains pris dans la mer soient employés à l'exclusion des bains de transition. Leur durée rationnelle, dans ces cas, est de trois à cinq minutes. Quand la mer est forte, la secousse des vagues sera attentivement évitée, et on secondera l'action hémostatique des bains par un régime et une médication toniques.

Déjà, dès les premiers bains, on remarque de l'amélioration dans l'état général; la coloration des joues, l'appétit, les forces et la gaîté reviennent très vite, et les douleurs des reins cessent graduellement, à mesure que les époques intercalaires se suppriment et que la menstruation elle-même se rapproche de la normalité.



Maladies particulières aux hommes.

Hypochondrie.

Pour que les intéressés n'essuient pas du désappointement, prévenons que la mer borne ses vertus à la guérison, assez fréquente, de deux nuances de cette maladie :

L'hypochondrie occasionnée par des travaux prolongés de l'esprit, les veilles, les épreuves morales douloureuses, une vie exclusivement sédentaire, un séjour forcé au lit pendant des mois, des habitudes solitaires secrètes ;

L'hypochondrie qui se rencontre chez les personnes qui, après une vie active et occupée, passent tout à coup au désœuvrement et à l'inaction.

Ces hypochondres sont timides, sombres, mélancoliques et ennuyeux ; ils aiment la solitude, et pourtant sans cesse ils éprouvent le désir de changer de

place; ils ont perdu toute force d'attention dans les occupations intellectuelles; ils exagèrent cent fois par jour les moindres sensations qu'ils ressentent, et sans cesse s'occupent de leurs souffrances réelles ou imaginaires. Le sommeil est tourmenté par des rêves sinistres; l'appétit est tantôt impérieux, tantôt inégal. Les viandes, et surtout les viandes brunes et rôties, sont les aliments que l'estomac préfère. Les extrémités sont dans un état perpétuel de refroidissement, et les membres sont souvent douloureux, faibles, et habituellement fatigués. De vives souffrances nerveuses à l'estomac, des évacuations excrémentitielles rares et dures, des irruptions fréquentes par l'anus de fluides gazeux, précédées de beaucoup de gargouillement dans les intestins, compliquent cet état de santé désolant et triste.

En général, ces visiteurs de la mer, surtout lorsqu'ils sont actuellement atteints de souffrances à l'estomac, subiront un léger traitement préparatoire aux bains, par l'administration de quelques doses d'un purgatif doux. Comme ils redoutent à l'excès le froid de l'air maritime et appréhendent très vivement de se plonger dans le bain froid amer, ils n'y entrent, pour ainsi dire, que par la force; mais une fois hors du bain, ils se montrent fiers et contents. Les bains chauds ou de transition leur sont plus nuisibles qu'utiles. Ils doivent directement faire emploi des bains dans l'Océan, auxquels ils marieront avec

bénéfice les affusions nombreuses sur la tête. Les douches froides d'eau de mer dirigées sur la région préstomachique et sur la colónne vertébrale, entre les épaules, favorisent, chez les hypochondres les plus irritables, la disparition des complications nerveuses de l'estomac.

Affaiblissement des nerfs.

Chez certains hommes très jeunes, on remarque une incertitude des mouvements musculaires, un tremblement habituel des mains, une impressionnabilité très grande, un ébranlement nerveux pour le plus léger motif, et un violent mal de tête habituel, continu ou périodique.

Chez d'autres, et surtout chez les hommes de lettres, les séminaristes et les ecclésiastiques, l'affaiblissement des nerfs qui tient à un excès d'étude ou à une vie contemplative et sédentaire à l'extrême, est caractérisé par une fatigue habituelle, la faiblesse des reins, la pâleur du visage, l'inappétence, la tristesse.

Les personnes tributaires de ces dérangements nerveux relèveront considérablement l'action curatrice des bains de mer par l'adjonction des affusions copieuses sur la tête. Après l'emploi intelligent de quelques bains à la lame, par lesquels ils doivent ouvrir la saison immédiatement, on constate déjà

chez eux l'épanouissement de la physionomie et le coloris des joues, le retour des forces digestives et musculaires, et une sorte d'expressivité morale qui leur était depuis longtemps devenue étrangère.

Impuissance virile.

Lorsque cette calamité ne dépend d'aucun défaut de conformation ni d'aucune autre cause matérielle apparente, lorsqu'elle est le résultat d'habitudes secrètes, de l'anticipation ou de l'abus des jouissances, d'affections morales, d'études et d'applications prolongées, elle guérit très souvent par la fréquentation des riches éléments restauratifs des bains et de l'atmosphère de la mer du Nord.

Les arrivants affligés de ce défaut d'insuffisance sont généralement pâles, maigres, nerveux, et sujets, pour la plupart, aux phénomènes causés par des difficultés dans l'expulsion des résidus alimentaires non assimilés contenus dans les intestins. Chez presque tous, les actes digestifs sont languissants.

Si n'étaient leur sensibilité au froid de la mer et leur modique résistance vitale, ils prendraient directement des bains de 10 à 15 minutes de durée; mais mieux leur vaut de limiter le séjour dans l'eau, d'abord à trois, puis à cinq minutes. Vers le milieu de la cure seulement, on peut leur promettre de bons résultats des bains prolongés au double, au triple même. Ils

se feront administrer conjointement, avec grand avantage, les douches d'eau de mer dirigées autour du bassin et des organes affaiblis. Leur régime sera substantiel, succulent, tonifiant; en même temps ils feront usage modéré d'un vin de Bordeaux très pur. L'équitation peut aider, en concurrence avec l'ensemble des moyens employés, à accélérer le retour de la virilité affaiblie ou perdue.

Pertes involontaires.

Les pertes séminales pour lesquelles on se confie rarement en vain aux bains de mer, sont celles qui existent sans altérations matérielles appréciables à nos moyens d'investigation pendant la vie, et reconnaissent pour cause les attouchements manuels, les relations trop fréquentes, des excitations prolongées par des rapports érotiques, des lectures obscènes, une vie trop molle, des habitudes efféminées.

Ainsi que nous l'avons déjà écrit dans un autre ouvrage, c'est contre les pertes de cette nature que les bains de mer sont spécialement indiqués; ils sont pour ces affections, un moyen puissant qui l'emporte sur tous les autres. Toutefois, pour réussir, il est indispensable de faire précéder immédiatement chaque bain d'une injection d'eau de mer dans le gros intestin, laquelle doit être retenue par le malade aussi longtemps qu'il le peut, pendant qu'il

se baigne. Ce moyen topique, interne et direct, détermine un froid sédatif profond dans les réservoirs du liquide prolifique et les tissus circonvoisins; il empêche le sang de fluer vers ces parties pendant le refoulement au bain des fluides de la périphérie au centre; il guérit l'obstruction des intestins, cet épiphénomène si contraire et presque constant dans cette maladie, et, par un effet sympathique sur le cerveau, il calme admirablement l'imagination érotique.

Malgré la susceptibilité au froid des individus affligés de cette triste maladie, il est plus avantageux pour eux de débuter dans la mer sans s'y être préparés par les bains chauds préliminaires. Leur séjour dans l'eau sera de cinq à dix minutes de durée, selon l'indication individuelle et journalière. Leur régime alimentaire doit être froid, substantiel, analeptique sans être excitant. Leur couche sera dure, peu chargée de couvertures, le sommeil abrégé et le réveil matinal.

Les douches d'eau de mer froide, dirigées sur le pourtour du bassin, ne seront employées que dans le cas où on n'obtiendrait aucun fruit des précédents moyens; car généralement ces colonnes d'eau conduisent plutôt à l'exaspération des pertes. Néanmoins on peut les utiliser tout d'abord, simultanément avec les bains, dans les cas où ces pertes énervantes sont liées à des conditions de relâchement, d'atonie, de paralysie des tissus contractiles des réservoirs et des conduits de la liqueur propre aux hommes.

Le flux séminal qui est resté rebelle aux meilleurs moyens hygiéniques, pharmaceutiques et chirurgicaux précédemment mis en usage, est rarement guéri par une série de vingt-cinq à trente bains. Presque toujours il persiste jusqu'à la fin de la deuxième série, et non rarement il faut en parcourir une troisième. L'expérience a prouvé qu'il est rationnel de laisser un intervalle de repos de huit à dix jours entre chacune de ces séries.

Le bain double, de jour à autre, est souvent d'une heureuse application dans cette maladie exténuante.



Maladies communes aux deux sexes.

Affections chroniques des voies digestives.
Mal de gorge.

Les faits déposent fortement en faveur de l'action des bains de mer dans la forme de cette maladie dont les caractères sont : une rougeur peu vive, violacée, du fond de la gorge, du palais et des amygdales ; l'engorgement aqueux de la luette, dont l'extrémité, flasque et allongée, s'appuyant sur la base de la langue, où elle se replie, occasionne une gêne continuelle ou un chatouillement désagréable, desquels résultent de constants efforts de déglutition et d'expuition qui embarrassent cette région ; une légère douleur quand le malade veut crier, chanter, déclamer ; et assez ordinairement un certain degré d'enrouement de la voix.

Ce mal de gorge guérit presque à coup sûr sous

l'heureuse influence des bains et de l'air pur et tonifiant de la mer; mais ces moyens sont surtout préservatifs contre l'invasion et les récidives de cette fatigante incommodité.

Le mal de gorge réclame une longue saison, composée de trente à trente-cinq bains, pris dans la mer même sans intermédiaire, renfermés dans des limites convenables de durée.

Le mal étant souvent engendré et récidivant presque toujours par un courant d'air sur la tête nue, chez les personnes qui presque jamais, par excès de prudence, ne la tiennent découverte; ou provenant d'un refroidissement inaperçu de cette partie, chez celles qui, à cause de la nature de leurs occupations, vivent pendant les temps froids dans des cabinets ou des salons où règne une chaleur très élevée relativement à l'air extérieur; la promenade fréquente sur la plage sans couvre-chef, après que le corps est déjà rendu plus capable de réaction par quelques bains de mer, seconde puissamment l'action de ceux-ci sous le point de vue curatif et préventif.

Inflammation chronique simultanée de l'estomac et des intestins.

Cette maladie trouve place ici, lorsqu'elle reconnait pour cause des influences nerveuses trop vives ou trop longtemps prolongées, tels que les affections

morales tristes ou les excès d'études, et surtout le vice solitaire chez les adolescents livrés à cette habitude funeste et honteuse.

Le mal se traduit alors par une pesanteur douloureuse à l'épigastre, par la diminution de l'appétit ; ou bien les malades n'appètent que des excitants. Quelques uns éprouvent à l'estomac des tiraillements qui cessent aussitôt qu'ils ont pris quelque nourriture, pour reparaître ensuite avec plus d'intensité. La soif est quelquefois nulle ; d'autres fois, c'est le symptôme prédominant. Les nausées sont assez fréquentes ; mais les vomissements sont rares. Chez quelques malades, une migraine plus ou moins violente accompagne la douleur à l'estomac. On en voit qui présentent quelques altérations des sens : ils entendent ou voient moins bien que dans l'état normal. La langue peut être à l'état naturel, elle peut être plus pâle ; quelquefois elle est rouge sur la pointe et sur les bords, et présente de petites saillies décolorées.

La plupart de ces malades peuvent compter retirer bon profit des effets des bains de mer ; et l'usage en est toujours indiqué quand le mal est resté réfractaire aux moyens habituels empruntés à la médecine usuelle.

Pour réussir, ces baigneurs se soumettront aux règles d'un régime sévère et approprié au cas. Dès le principe, ils prendront les bains dans la mer ; mais ils les restreindront rigoureusement à une durée

très courte : une, deux, et progressivement jusqu'à trois minutes; car ce n'est que pour autant que la réaction sera forte et instantanée qu'ils peuvent compter sur le succès. Ici, les bains de mer sont appelés à agir particulièrement à l'instar des révulsifs externes qui appellent et fixent le sang à la surface du corps, et leur effet, comme tels, est considérable et puissant, puisqu'il a lieu à la fois et d'une manière naturelle sur toute l'étendue de la peau, sans jamais occasionner l'exaspération du mal interne, inconvénient dont sont souvent entachés les révulsifs usités dans le traitement des inflammations chroniques des voies digestives. L'exercice d'une natation rapide dans la mer, seconde activement les vues médicales. Les malades qui éprouvent des souffrances sympathiques de la tête ou une altération intercurrente des sens, auront à se louer des affusions abondantes d'eau de mer sur la tête, et se les feront administrer de concert avec les bains.

Devoiement.

Il est une forme de dévoiement ou de flux de ventre que les médecins ne parviennent pas toujours à maîtriser par les remèdes usités : c'est celle où la langue est pâle, le sang appauvri, la circulation lente, le ventre mou et indolent, les muscles des intestins relâchés, leur contractilité diminuée, et où les déjec-

tions, au lieu d'être dues à des mouvements actifs, se font au contraire d'une manière passive, par suite de l'inertie du canal digestif et de ses cloisons.

Ce dévoiement cesse si le malade est très sobre et vit surtout de laitage, de légumes et de viandes blanches; il reparaît, au contraire, de suite, si le malade se nourrit de viandes de bœuf, de mouton, et veut se fortifier par le bon vin.

L'air tonifiant de la côte et les bains de mer employés avec beaucoup de restriction, limités à quelques promptes immersions au début, et ensuite lentement et progressivement portés à deux ou à trois minutes de durée, seuls ou en combinaison avec d'autres remèdes, rendent la santé et la vigueur à ces malades, en arrêtant franchement la diarrhée.

L'usage raisonné des bains de mer sert d'ailleurs de puissant moyen préventif contre la diarrhée catarrhale, qui, par les brusques changements de température atmosphérique, ou pendant les périodes humides de l'année, est aussi fréquente chez certaines personnes débiles, que les catarrhes de poitrine le sont chez d'autres.

Obstruction du ventre.

L'interruption des fonctions naturelles expulsives des intestins, dépendant d'un état d'engourdissement, de paresse de ces organes, et qui constitue un état

habituel chez les personnes d'un tempérament bilieux, ou qui s'adonnent outre mesure aux travaux de cabinet, ou sont livrées à des chagrins incessants, guérit souvent, d'une manière définitive, sous l'influence des bains de la côte et de leurs auxiliaires hygiéniques.

Ces malades feront bien de présenter le ventre paresseux aux chocs des vagues, et de se faire verser des affusions d'eau de mer froide sur cette région, si la mer est trop calme. Dix à quinze minutes sont le temps qu'ils emploieront à se baigner. Si les moyens précités étaient impuissants, ils leur adjoindraient, avec des résultats certains, l'eau de mer en boisson et en lavement.

Matières corrompues dans l'estomac.

Souvent la mer emporte cette maladie, alors même que déjà elle a été traitée sans succès par les vomitifs, les purgatifs, le régime, les bains d'eau douce : mais il faut, à cette fin, qu'elle soit caractérisée par ces particularités : Les personnes qu'elle affecte ont depuis longtemps perdu l'appétit, elles ont habituellement la langue très sale, et sont en bonne santé d'ailleurs. La saveur de tous les aliments se confond pour elles dans une sensation négative. A cet état anormal se joignent des coliques fréquentes, l'irrégularité des garde-robes, parfois l'urticaire ou des

démangeaisons, et fréquemment le sommeil est trompé.

Les bains, aidés de l'usage de l'eau de l'Océan en boisson à fortes doses, et parfois en lavement, débarrassent la langue de l'enduit limoneux qui la couvre, l'appétit et le sommeil reviennent, les garde-robes se régularisent, et enfin la maladie disparaît complétement.

Mauvaises digestions habituelles.

Les adultes des deux sexes, nerveux, facilement impressionnables, menant une vie inactive, affaiblis par des chagrins prolongés, ou par le fait d'un dernier accouchement, peuvent être affectés de désordres nerveux de l'estomac de natures très diverses. Ces désordres consistent dans de mauvaises digestions habituelles. On trouve des personnes dont l'estomac est très capricieux, digérant tout ou rien : aujourd'hui, les viandes et les mets les plus lourds passeront très bien ; demain, l'alimentation la plus légère ne pourra être supportée; d'autre fois, le temps de l'élaboration des nourritures dans l'estomac est accompagné d'un tel étouffement, que celui qui en souffre reste sans parler, étendu sur un siége pendant des heures entières. Une obstruction de ventre, souvent opiniâtre, alternant avec des garde-robes, liquides se rencontre ordinairement comme symptôme

dépendant de cet état morbide de l'organe de la digestion. L'appétit souvent est conservé; la langue est dans l'état le plus naturel, ou enduite d'un léger limon; il n'y a pas de soif. Le malade jouit, hors du temps des digestions, d'une bonne santé; mais si la maladie se prolonge, les personnes maigrissent graduellement, pâlissent, et finissent par prendre un teint jaune qui dénote l'altération des sucs du corps.

L'impression des premiers bains dans l'Océan est, en général, très vive sur ces baigneurs; mais ils sont suivis d'une bonne et forte réaction, et presque toujours d'un sentiment de bien-être général. Ils règleront leur séjour dans l'eau sur leur degré de résistance vitale individuelle, Communément, trois et progressivement sept minutes de bain conviennent. Sous l'influence des premiers bains, il se déclare une appétence exubérante qu'il est toujours dangereux de satisfaire complétement. Après sept à douze bains, on administrera avec avantage, conjointement avec eux, de nombreuses affusions, à l'entrée ou à la sortie de l'eau. Si l'interruption des garde-robes persistait nonobstant ces moyens généraux, des lavements d'eau de mer en triompheraient à coup sûr.

Faiblesse d'estomac.

Cette anomalie peut survenir à la suite d'occupations intellectuelles trop soutenues, à la suite de

jeûnes trop longtemps prolongés, à la suite d'une diète débilitante ou lactée trop longue, et dans les convalescences des maladies de grande durée; quelquefois on doit l'attribuer à des sacrifices trop fréquents à la déesse de la beauté. Les instituteurs, les précepteurs, les ecclésiastiques, les notaires, les négociants, les buralistes en offrent de fréquents exemples. On doit joindre à cette liste les personnes qui, pendant le cours d'une longue maladie, ont été surabondamment saignées. Les caractères principaux de la maladie sont l'absence de la soif, l'état normal de la langue, l'inactivité marquée de l'appétit, la lenteur des actes digestifs, l'indigestibilité de la plupart des aliments les plus usuels, la digestibilité des viandes tendres et succulentes, des toniques, des amers, du vieux vin coupé avec de l'eau. Le malade ressent une sorte de pesanteur à l'épigastre; les digestions sont accompagnées d'un grand développement de gaz. Non rarement à côté de ces symptômes s'entretient une certaine débilité du système nerveux, laquelle peut aller jusqu'à porter atteinte à la parole et à la pensée.

Unis aux affusions méthodiques sur le sommet de la tête, les bains de mer proprement dits, de quatre à sept minutes, conjurent facilement ces dérèglements stomachiques. Dès le début, sous leur administration, un appétit excessif se déclare; mais le baigneur doit éviter de le contenter intégralement,

avant que les forces de la faculté digestive aient eu le temps de se développer dans les mêmes proportions.

Douleur nerveuse a l'estomac.

Les médecins, sous cette dénomination, désignent un état de souffrance de l'estomac, caractérisé par la sensibilité outrée de cet organe, qui est dégagé de toute inflammation proprement dite. Cette affection, très commune dans les grandes villes, attaque de préférence le tempérament nerveux, les constitutions grêles, le sexe féminin ; très souvent elle est le résultat d'une vie sédentaire, d'affections morales prolongées, de travaux de l'esprit trop longtemps soutenus, de chagrins domestiques, de passions concentrées, d'abus de nourritures végétales, des fruits acides, des boissons aqueuses. Mais de toutes les conditions de la vie sociale qui disposent à ces maladies, il n'en est pas de plus puissante que les débauches du luxe et de la mollesse, auxquelles s'abandonnent sans réserve les riches oisifs et les sybarites des grandes villes. Le plus fréquemment, chez les dames, elle est occasionnée par l'existence des *pâles couleurs*, les pertes blanches, les fausses couches, les accouchements trop rapprochés. La douleur nerveuse de l'estomac est extrêmement variable dans son intensité, et toutes les personnes ne la ressentent pas de

la même manière. Dans beaucoup de cas, les malades, et surtout les dames, qui, dans cette condition, se montrent ennuyées de tout et enclines à pleurer, éprouvent des besoins qui simulent parfaitement le sentiment de la faim; elles se plaignent de tiraillements de l'estomac, de faiblesse générale; seulement elles n'ont pas l'appétit qui accompagne ordinairement la faim réelle. Cette forme de la maladie est presque toujours calmée, momentanément du moins, par l'ingestion d'une certaine quantité d'aliments ou par des boissons excitantes; mais aussitôt que la digestion en est faite, la douleur revient, et c'est encore à l'aide du même moyen qu'on la fait cesser. D'autres fois cette douleur, qui diminue à la pression au lieu d'augmenter, est vive, brûlante ou déchirante, rappelle, en un mot, l'état inexprimable de souffrance et d'anxiété que produit instantanément une chute violente sur le ventre ou un coup reçu au creux de l'estomac; la suspension des évacuations excrémentitielles est fréquente, et assez souvent les malades éprouvent des battements exagérés à la région préstomachique. La douleur nerveuse, la colique de l'estomac n'a rien de fixe dans sa marche : elle est intermittente, peut survenir tout à coup et disparaître de même; quelquefois elle alterne avec un tic douloureux; quelquefois la douleur est le seul phénomène; quelquefois, au contraire, en même temps que la douleur, les malades éprouvent des palpita-

tions, une angoisse inexprimable, des sueurs et le refroidissement des extrémités. Presque toujours la langue est naturelle ou simplement blanche.

Telle est la forme de la colique, de la douleur nerveuse de l'estomac, qui bien souvent se montre réfractaire à toutes les ressources médicales habituelles, et cependant diminue fréquemment d'intensité, et parfois se laisse radicalement effacer par une saison de bains de mer dirigée avec méthode et intelligence.

Les baigneurs et les baigneuses qui reconnaissent dans leurs souffrances des signes de la maladie, dont le tableau ci-dessus, doivent s'abstenir des bains chauds transitoires. Ils commencent d'emblée à prendre les bains dans la mer ; mais, vu leur grande sensibilité à la température de l'air des bords de l'Océan, leur bain sera contenu dans les limites de deux à cinq minutes de durée. Pour le plus grand nombre même, il sera prudent de ne se baigner que tous les deux jours, au moins dans le début. Ceux qui n'obtiennent pas de succès des bains seuls, emploieront, conjointement avec eux, les affusions sur la tête, les douches à jet unique sur la colonne vertébrale, et celles en arrosoir sur l'épigastre.

Douleur nerveuse des intestins.

La nuance de cette maladie qui se distingue par les caractères que nous allons tracer brièvement,

peut rencontrer un moyen de guérison ou de soulagement dans la pratique de la mer, et il est toujours bon de tenter son efficacité lorsque tous les autres remèdes ont échoué.

Une émotion morale vive ou des travaux de cabinet trop prolongés ont produit la maladie, ou bien elle est survenue sans causes appréciables, chez des personnes d'une irritabilité nerveuse très exagérée.

En général, la durée de cette forme de la *colique nerveuse des intestins* est courte. Après quelques heures de souffrances, les symptômes disparaissent, et le malade est rendu à la santé. Parfois, cependant, les douleurs peuvent persister plusieurs jours; mais alors elles ne sont pas très intenses.

C'est plutôt sous le point de vue préventif contre le retour des coliques que les bains du littoral rendent de vrais services, que sous le point de vue curatif du mal actuellement existant.

Sauf que les douches en arrosoir doivent être dirigées autour de l'ombilic, les baigneurs qui reconnaissent le résumé de leurs maux dans cet article, se guideront sur les préceptes que nous avons assignés aux personnes atteintes de souffrances nerveuses à l'estomac.

Vomissement nerveux.

Il est des personnes qui ont la langue pâle, large

et humide, chez lesquelles le vomissement, devenu un état habituel, mine promptement la santé. Ce vomissement survient à la suite d'émotions morales vives ou après l'affaiblissement profond qui suit les longues maladies.

Tout en soutenant les forces de ces malades, les bains de mer de très courte durée, administrés par immersions successives et subites, unies aux douches sur la tête, agissant dans ces cas et autres analogues comme moyens perturbateurs par excellence, amènent des améliorations partielles ou complètes qu'on avait vainement demandées jusqu'alors à d'autres agents curatifs, réputés les meilleurs.

Hémorrhoïdes fluentes et non fluentes.

C'est surtout contre les tumeurs hémorrhoïdales sèches, c'est-à-dire non fluentes, et compliquées de souffrances nerveuses intolérables, que l'action résolutive et calmante des bains se montre éminemment utile. Leur usage est un moyen des plus efficaces qu'on puisse opposer à cette douloureuse affection, qui fait le tourment de tant de personnes. Ordinairement les effets salutaires de nos bains ne cessent pas au moment où les hémorrhoïdaires qui y ont mis leur confiance, les quittent ; le soulagement obtenu sous leur influence se prolonge, au contraire, très souvent, pendant une grande partie de l'espace,

et même pendant tout le temps qui sépare le malade de la saison suivante.

Les hémorrhoïdes fluentes, comme on sait, loin de constituer un accident fâcheux, sont toujours un prévoyant bienfait de la nature, si l'écoulement n'est pas trop considérable, si le sujet n'est pas trop épuisé, ou s'il n'est pas trop affaibli par une cause tout autre que celle qui est liée à une lésion viscérale chronique. Aussi est-ce exclusivement dans les dérangements de la santé dus à l'irrégularité, à la suppression ou à l'excès de cette évacuation sanguine périodique, que l'on se baigne avantageusement dans la mer.

Les hémorrhoïdaires étant, en général, forts, robustes, replets, ou jouissant d'une énergique résistance vitale, font bien de se tenir plongés dans le bain durant quinze à vingt minutes. Leur régime sera léger et principalement tiré du règne végétal : Tous les jours au matin, à jeun, ils boiront courageusement un à deux verres d'eau de mer. Une telle cure entière, suivie au milieu des trésors hygiéniques d'Ostende, purifie, rafraîchit complétement le sang et répand les meilleurs effets sur l'état hémorrhoïdal.



Maladies du foie et de la rate.

Engorgement chronique du foie.

L'action décentralisante, résolutive des bains de l'Océan, et celle fondante, apéritive, laxative de l'eau de mer à l'intérieur, rendent suffisamment compte des bons effets des eaux d'Ostende, dans l'engorgement ou l'obstruction du foie qui se révèle par ces singularités : La maladie ne s'est annoncée que par la coloration jaune de la peau, la décoloration, la dureté et la rareté des garde-robes, la petite quantité des urines déposant un sédiment rouge foncé, enfin par une tumeur au-dessous des fausses côtes à droite, peu douloureuse à la pression, sans douleur lorsqu'on ne la touche pas, et ne faisant éprouver d'autre sentiment que celui d'un poids incommode. Très souvent la douleur sous-costale en est l'unique symptôme, et, dans d'autres circonstances, on n'est porté à en

soupçonner l'existence que par une vive démangeaison de la peau sans éruption.

A cause du flux des fluides vers les organes internes durant l'immersion du corps dans l'eau, les bains seront invariablement courts, tant à la fin qu'au début du traitement. La réaction rubéfiante qui s'ensuit alors, en distribuant le sang avec impétuosité vers tous les points de la périphérie, produit une révulsion considérable que nul autre mode révulsif ne saurait procurer, et finit, en vertu de sa réitération journalière pendant six semaines à deux mois, par dissoudre les engorgements les plus opiniâtres des viscères. Quelquefois les douches d'eau salée sur le côté droit, combinées savamment avec les bains, sont de bons auxiliaires. L'usage de l'eau de mer en boisson est une pratique accessoire indispensable.

Engorgement de la rate.

Lorsque cette affection, indépendamment du gonflement de la région qui correspond au-dessous des fausses côtes gauches, est caractérisée par un état de pâleur, d'inaptitude au mouvement et de faiblesse générale, les bains de mer et leurs co-agents, administrés de la même manière et d'après les mêmes vues que pour la maladie précédente, peuvent réussir à ramener la santé là où la maladie a été abandonnée pour insuccès collectif de tous les remèdes.

Maladies de la poitrine et des voies respiratoires.

Rhume de cerveau chronique.

Le rhume de cerveau qui date de longtemps et persiste chez les personnes qui manquent de résistance aux variations de l'atmosphère, ou dont la constitution est trop molle et altérée par le tempérament lymphatique, se modifie avantageusement et se guérit très bien par l'emploi rationnel des bains de mer, associés à de nombreux arrosements sur la tête et aux reniflements réitérés de l'eau salée. Ce remède constitue en même temps le meilleur moyen préventif contre le retour du mal, à cause de l'action corroborative durable qu'il imprime sur les chairs relâchées de ces organisations peu vigoureuses.

Rhume de poitrine invétéré.

L'usage intelligent des bains de mer surpasse

toutes les ressources habituelles pour enlever la toux qui ne tient ni à une cause transmise par voie de génération, ni à une vicieuse conformation de la poitrine, ni à une présente altération des poumons, ni aux conditions d'un âge trop avancé. De cette proposition, admise par l'analyse des faits, il découle que l'existence de la toux, chez les personnes qui ne se trouvent dans aucune de ces conditions morbides, n'interdit pas la pratique du bain de mer, quand d'autres circonstances de la santé la réclament. Nous pouvons même aller plus loin, et dire que l'emploi des bains de mer offre plus de chances pour rétablir la santé qu'aucun autre remède, lorsque la toux est purement de nature catarrhale ou nerveuse, et provient directement d'une irritation de l'intérieur des canaux par lesquels l'air entre dans les poumons et en sort pendant l'acte de la respiration.

Ainsi, les personnes qui reconnaissent se trouver dans les conditions suivantes, pourront souvent témoigner de leur pleine satisfaction à l'égard des effets supérieurement curatifs des bains de mer, employés avant ou après l'emploi inutile des médications en renom de toute espèce :

Leur toux est née sous l'influence d'une émotion morale, elle a succédé parfois à une perturbation nerveuse ; ou bien elle ne relève d'aucune lésion actuelle appréciable des organes de la poitrine. Cette toux est sèche, sonore, ou n'amène qu'une expec-

toration ténue, peu abondante, survient brusquement et s'accompagne de contractions violentes des muscles expirateurs. Elle paraît sous la forme de quintes, à la fin desquelles le malade pousse de petits cris et présente quelques mouvements convulsifs. Ces accès sont assez éloignés les uns des autres, et leur durée varie de quelques minutes à une demi-heure. Souvent ils causent une difficulté légère de la respiration et une douleur à la base de la poitrine. Le pouls reste naturel.

D'autres personnes sont annuellement atteintes, aux mêmes époques, aux premières humidités de l'automne ou dans le courant de l'hiver, d'une toux purement catarrhale, suivie d'une expectoration extrêmement facile, mais modérée et simplement muqueuse. Cette toux n'est accompagnée ni de symptômes nerveux, ni de fièvre, ni de dépérissement, et cependant elle est très fatigante et surtout très opiniâtre, persistant, en dépit d'une foule de remèdes, pendant une période de temps que le malade a appris à préfixer.

Les baigneurs et les baigneuses de ces deux catégories, pour atteindre leur but, se soumettront avec rigueur à ces prescriptions : ouvrir la saison par quelques bains d'eau de mer chauffée à température graduellement moins élevée ; ensuite prendre, dans les carrés, des bains d'une durée très abrégée ; suspendre ces bains selon le besoin ; éviter l'exposi-

tion imprudente du corps à l'air de la mer, surtout au moment où, avant le bain, il est privé de vêtements, ou même étant recouvert du costume des baigneurs. Il est également d'une grande importance que les personnes qui se montrent extrêmement sensibles aux influences atmosphériques, ne viennent fréquenter les bains de mer que durant la saison caniculaire, et quittent les côtes dès que l'équinoxe d'automne se fait sentir.

Perte complète ou partielle de la voix.

La voix peut être altérée dans son timbre et dans son étendue, mais en existant encore ; d'autres fois elle est entièrement abolie. Les causes éloignées de cette affection sont principalement les efforts de chant, de déclamation, les cris répétés, les maladies longues, la frayeur. Elle naît ordinairement sous des influences toutes morales. Quelquefois elle s'observe après des accès vaporeux. Elle se montre irrégulière, périodique ou continue.

La voix, au lieu de s'éteindre et de s'anéantir, peut présenter une singularité remarquable, caractérisée par une expulsion brusque de l'air et par une contraction involontaire des muscles, d'où résultent des sons bizarres, imprévus, une sorte d'abojement qui donne aux personnes atteintes une irrégularité profonde.

Quand ces maladies nerveuses du larynx ont résisté aux efforts médicaux antérieurs les mieux entendus, non rarement les bains de mer parviennent à les guérir, ou du moins à les simplifier très avantageusement, en agissant à la fois à la manière des toniques et des remèdes profondément perturbateurs du système nerveux. Mais, à cet effet, il faut qu'ils soient administrés sans bains préparatoires, directement dans la mer, avec les conditions indispensables d'instantanéité et de courte durée. Les douches descendantes dirigées sur la tête, et de temps à autre sur la région de la nuque, doivent être envisagées comme une adjonction auxiliaire d'une utilité importante.

Asthme.

Lorsque cette maladie est produite et que ses accès sont renouvelés par des émotions morales, chez les personnes d'une constitution éminemment nerveuse, chez celles qui ont hérité de la prédisposition asthmatique par voie congénitale, chez les hypochondres et surtout chez les dames sujettes aux vapeurs, elle prend le nom d'asthme nerveux et se distingue des autres variétés par l'état de santé parfaite entre les accès.

Il est des exemples de guérison radicale d'asthme nerveux sous l'influence de l'air pur et des bains du

littoral; mais un effet constant de ces moyens efficaces, c'est l'éloignement des accès.

Les asthmatiques doivent se faire baigner dans la mer par surprise et par immersions. Ils se feront d'ailleurs administrer des affusions froides avant et après le bain, afin que l'ébranlement nerveux soit bien prolongé et profond.

Palpitations du cœur.

Les médecins entendent par là l'exagération des battements du cœur en énergie et en fréquence.

Souvent les palpitations existent sans qu'on puisse les rapporter à une lésion appréciable de l'organe central de la circulation, ni à celle d'un organe qui agirait sympathiquement sur lui, ou bien elles sont liées à une maladie nerveuse générale, telle que les attaques de nerfs, les vapeurs. Dans toutes ces circonstances les palpitations sont intermittentes et appelées *nerveuses*. C'est quand elles revêtent ce caractère seulement que les bains de mer leur conviennent, surtout quand elles sont nées sous l'influence d'émotions morales, de travaux intellectuels, de sacrifices exagérés à la déesse aux belles formes.

En général, les personnes sujettes aux palpitations que nous venons de spécifier feront d'emblée usage des bains en mer. Elles éviteront le choc des vagues sur la poitrine, et se livreront à des mouvements

très restreints dans l'eau. La durée de chaque bain doit être relative aux individualités et aux particularités présentes; cependant on peut la fixer, d'une manière générale, entre trois et cinq minutes pour les plus faibles, et entre cinq et dix minutes pour les plus robustes. Vers la fin du traitement, les affusions sont utilement combinées aux bains. La nourriture sera très substantielle et sans mélange d'éléments excitants.

Ajoutons que les palpitations des personnes exsangues et de celles à *pâles couleurs*, sont traitées avec non moins de succès, mais que l'administration des bains de mer doit alors être dirigée de sorte que leur action sanguifiante et restaurante s'exerce efficacement sur ces constitutions affaiblies ; ce que l'on obtient par l'instantanéité de l'entrée dans la mer et le court séjour dans ses eaux. Un régime exclusivement animalisé et l'usage simultané de l'eau de Spa complètent les moyens de guérison propres à cette catégorie de nos visiteurs.



Maladies des centres nerveux.

Affections nerveuses du cerveau.

Ces affections, comme on le sait, présentent des variétés innombrables. Les circonstances particulières ci-après caractérisent celles dont nous avons à parler :

Elles existent plutôt chez les hommes que chez les femmes, attaquent les personnes diversement constituées, mais plus souvent cependant celles à tempérament nerveux, qui ont longuement abusé d'un travail intellectuel, ou qui depuis longtemps s'absorbent dans les préoccupations morales.

Ces personnes ne peuvent supporter la moindre tension d'esprit, ni penser à une même chose, ni lire, ni écrire, ni s'appliquer à quoi que ce soit, ni fixer les objets voisins ou éloignés, sans perdre le fil de leurs idées et sans ressentir une fatigue inexprimable de la tête, qui se répète quelquefois comme

un écho douloureux le long de l'épine vertébrale et dans la continuité des membres, avec un tremblement des mains.

Chez certaines individualités, le mal du cerveau s'exprime par des souffrances à la tête, associées à un sentiment de constante chaleur à son sommet sinon à la racine du nez et au-dessous des yeux, laquelle s'irradie derrière l'oreille jusqu'à la nuque. Dans ces formes, fréquemment l'angle nasal des yeux est le siége d'une coloration sanguine rouge, légère mais permanente, et les impressions morales retentissent aux points souffrants, en y excitant un ébranlement qui se communique aux membres à l'instar d'un frissonnement général.

Une autre variété est celle où prédominent les étourdissements, avec ou sans dureté de l'ouïe, qui parfois se déclarent comme des espèces d'accès, sans aucun signe d'une concentration sanguine à la tête, entraînant le sentiment d'une perte de connaissance imminente ou d'un affaiblissement musculaire; ce qui rend tout exercice impraticable, et produit, pendant la durée de la crise, une incapacité absolue de lire et d'écrire.

Ces irrégularités des fonctions nerveuses à l'intérieur du crâne, et toutes celles qui, par leurs signes actuels ou commémoratifs, s'en rapprochent, réclament que la *saison* soit commencée par quelques bains de mer chauds à température peu élevée. Les

jours suivants, on se fait verser un petit nombre d'affusions froides d'eau salée, et bientôt on y joint les bains de courte durée pris dans l'Océan.

Les douches d'eau de mer à froid, qui frappent sur la nuque et sur les membres supérieurs, seront avantageusement mises à profit vers la fin du traitement.

Folie.

Une cure aux bains d'Ostende peut guérir l'impressionnabilité nerveuse qui précède le développement de la folie. C'est donc au profit des malades qui présentent les signes préliminaires d'un dérèglement dans les facultés intellectuelles, plutôt qu'au profit des malades qui présentent les particularités d'un dérangement confirmé de l'entendement, que ces bains doivent être tentés.

Signalons que c'est dans les conditions morbides préliminaires de la folie tout particulièrement, que l'action médicale des bains se voit puissamment secondée par le voyage, l'éloignement des lieux et des objets qui sont causes déterminantes de la maladie, l'abandon des affaires et de tout ce qui surexcite l'activité cérébrale, le changement d'air et d'habitudes, le spectacle imposant et majestueux de la mer, la distraction, les plaisirs, les divertissements et les petites excursions sur mer.

La cure de la folie imminente exige que les affusions sur la tête soient employées simultanément avec les bains. Ceux-ci doivent être de longue durée, c'est-à-dire de quinze à trente minutes, et seront, de jour à autre, doublés dans les vingt-quatre heures ; car ces visiteurs de l'Océan réagissent énergiquement et ont besoin d'une puissante sédation.

Déjà, sous l'influence des premiers bains, le sommeil des personnes menacées d'un désordre des facultés mentales, généralement agité, redevient relativement calme, et les affusions abondantes sur la tête ne tardent pas d'ordinaire à les débarrasser des sensations si diverses qu'elles éprouvent au milieu des replis de leur cerveau.

Paralysie.

Chacun sait que la paralysie est un affaiblissement plus ou moins considérable ou la suppression complète de la faculté de sentir ou de se mouvoir.

L'emploi des bains de mer est indiqué contre la paralysie à tous les degrés, lorsqu'elle est la suite d'une apoplexie actuellement libre de tout travail inflammatoire de la substance du cerveau ; contre celle qui se fixe sur les membres amaigris des personnes dont la constitution pléthorique a été énergi-

quement affaiblie par un traitement anti-apoplectique très actif; contre celle qui est occasionnée par des phénomènes vaporeux excessifs et fréquents ; et contre celle qu'on observe chez les personnes nerveuses et les somnambules.

Font également un heureux usage des bains de mer, après que toutes les ressources usuelles ont été épuisées infructueusement, les paralytiques de la totalité ou de la presque totalité d'une moitié du corps; ceux affectés de faiblesse ou de paralysie partielle d'un bras, d'une jambe, des doigts, affectant la forme de la paralysie qui frappe tout un côté du corps à la fois, survenue graduellement sans attaque, accident qu'on a l'habitude de rapporter à une affection du cerveau ou de la moëlle de l'épine du dos, et dont on ignore le plus souvent la nature.

Les personnes qui, à la suite d'une inflammation aiguë de cette moëlle activement combattue, conservent quelques légers symptômes de faiblesse des jambes, surtout dans l'immobilité de la station verticale, ou un certain endolorissement au bas du dos, retirent aussi des avantages marqués de l'emploi des bains.

Dans la paralysie d'une moitié du corps succédant à une apoplexie grave, et dans celle liée à une lésion organique du cerveau, on ne peut plus prétendre à la guérison par la pratique de la mer; mais l'action

tonifiante de l'air et des bains maritimes, relève du moins la constitution détériorée, les forces et les digestions affaiblies. En outre, lorsque ces infirmités sont accompagnées de crises douloureuses de la tête ou dans les membres paralysés, la mer se montre puissamment calmante et atténue consécutivement les insupportables souffrances.

La *saison* des paralytiques doit s'ouvrir par quelques bains chauds d'eau de mer ; car l'impression première du froid de cet élément est presque chez tous très vive, si pas douloureuse : quelquefois même leurs membres, par le fait de cette impression, s'engourdissent et restent roides pendant toute la durée du bain. Ce phénomène immédiat se prolonge parfois pendant une portion de la journée, et la personne qui a conservé encore une partie de la faculté de marcher, la perd à peu près complétement tant qu'elle est sous l'influence de cette torpeur fugace. Ce surcroît fugitif d'impuissance musculaire ne doit nullement effrayer ces sortes de malades : il cesse spontanément après les premiers jours de la saison, et laisse après lui, en compensation, un sentiment de forces nouvelles.

A l'approche du bain de chaque jour, les paralytiques éprouvent une sorte d'effroi qu'ils ne peuvent vaincre. Cependant les moins affaiblis supportent très bien les bains de mer de dix à douze, et même de quinze minutes. Vers le milieu de la cure, ils se

feront administrer avec succès, sur la ligne vertébrale et les membres paralysés, les douches d'eau de mer à basse température. L'eau de l'Océan en boisson est d'un usage éminemment salutaire, surtout lorsque les selles ne sont pas faciles.



Affections de la moëlle vertébrale.

INFLAMMATION CHRONIQUE DE LA MOELLE VERTÉBRALE.

L'expérience nous autorise à recommander l'usage des bains de mer aux personnes dont l'infirmité se rencontre partiellement ou complétement dans les particularités suivantes : irrégularité dans les mouvements et paralysie partielle des membres inférieurs. Douleur dans les membres ; souffrances vives par la pression dans un point plus ou moins étendu de la colonne vertébrale, retentissant péniblement au loin et exaspérant celles des extrémités. Faiblesse et engourdissement plus marqués en sortant du lit ; torpeur des membres se dissipant momentanément par l'exercice. Démarche offrant quelque chose de caractéristique : chaque pied se détache avec peine du sol, et dans l'effort que fait le malade pour le soulever entièrement et le porter en avant, le tronc

se redresse et se renverse en arrière comme pour contrebalancer le poids du membre inférieur, qu'un tremblement involontaire agite avant qu'il ne soit de nouveau appuyé sur le sol. Quelquefois rétraction et contracture des membres. Souvent production de secousses comme galvaniques en passant la main sur le trajet des principaux nerfs. Abaissement de température dans les parties paralysées, et absence de transpiration, d'où peau sèche et comme recouverte de farine; non rarement aussi, par suite de la gêne dans la circulation, gonflement aqueux et pâteux des jambes.

Lorsque le mal est plus développé, sans cependant encore dépasser le degré de compatibilité avec nos bains, il y a un sentiment de constriction dans les parois du ventre, des crampes d'estomac, des tiraillements d'intestins, des palpitations, des battements de cœur plus forts que dans l'état de santé. L'intelligence est intacte.

Ces malades se baigneront, sans intermédiaires ni préludes, d'emblée au milieu des carrés des bains; leur séjour dans la mer sera graduellement porté de sept à quinze minutes; ils éviteront avec soin le choc des vagues et des lames sur la face postérieure du tronc; ils s'interdiront les douches n'importe sur quelle région du corps, et coucheront sur un matelas rempli de crin et de paille d'avoine. L'emploi de l'eau de mer à l'intérieur, à doses laxatives, leur

convient ou non, suivant le degré de consistance et le nombre des garde-robes.

Douleur nerveuse de la moelle vertébrale.

Il est rare qu'Ostende ne délivre pas de leurs maux les personnes dont l'affection vertébrale se caractérise ainsi : douleur sur tout le trajet de l'épine du dos, ou simplement dans la portion de la nuque, du dos ou des reins. La douleur à la nuque s'irradie vers le cou et même vers les bras et le tronc, quelquefois il y a convulsions des membres. Le cœur est souvent le siége de palpitations; il y a des étouffements. Quand le mal attaque spécialement la portion du dos ou des reins, les urines et les garde-robes peuvent être involontairement rendues ou pas. Dans les membres inférieurs on observe fréquemment des phénomènes névralgiques. La pression sur l'épine du dos ne provoque pas de douleur et n'augmente pas les souffrances ni localement ni au loin, mais les mouvements et les changements de position produisent une sorte de vacillation très redoutée dans la moëlle et exaspèrent tous les symptômes.

Le mal a cela de particulier qu'il affecte une grande mobilité, sévit et disparaît alternativement à plusieurs reprises et pendant des intervalles indéterminés, sans laisser aucune trace appréciable.

Pas de bains chauds comme mesure de précaution;

immédiatement les bains de mer proprement dits, dont la durée doit varier de cinq à sept minutes; arrosements, douches d'eau salée à froid, et chocs des vagues et des lames sur la face postérieure du tronc et sur la colonne vertébrale, vers l'endroit douloureux; nourritures succulentes, choisies parmi les meilleures viandes de bœuf et de mouton; couche ni trop molle ni trop chaude; beaucoup d'exercices et vie très animée: tels sont les moyens qui trompent rarement les espérances des malades de cette catégorie, qui ont foi dans la vertu de l'Océan et de ses auxiliaires médicaux.



Maladies de l'œil et de la vue.

Ophthalmie scrofuleuse.

Les qualités spéciales des bains d'Ostende et la valeur hygiénique de l'atmosphère au milieu de laquelle on y vit, assurent un succès probable dans toutes les formes de cette affection oculaire. Les limites qui nous sont imposées par notre programme, nous interdisent la description de ces différentes lésions des organes de la vue. Qu'il nous suffise de dire que l'ophthalmie scrofuleuse présente trois variétés, suivant que le mal se borne aux glandes contenues dans le bord libre des paupières, ou qu'il affecte les conjonctives, ou enfin qu'il a son siége dans la cornée. Les causes qui, chez un individu bien constitué, occasionnent une ophthalmie simple, isolée, produisent, en agissant sur un scrofuleux, l'ophthalmie scrofuleuse, laquelle souvent aussi n'est qu'une

expression locale de la maladie qui altère toute la constitution et se développe sans autre cause connue.

L'ophthalmie scrofuleuse est, personne ne l'ignore, une maladie très opiniâtre ; ce qui tient à la difficulté qu'on éprouve à guérir la maladie générale. Aussi longtemps que l'élément scrofuleux dans le sang persiste, l'ophthalmie résiste à tous les remèdes oculistiques ; ou bien, lorsqu'elle cède, ce n'est que temporairement, et le malade reste exposé aux récidives.

Convenablement gradués sous le rapport de la durée, les bains de mer, pris en grand nombre, assistés d'un régime composé principalement de viandes très azotées et de légumes frais et amers, sont les moyens les plus sûrs pour vaincre cette redoutable affection, surtout lorsqu'elle est devenue stationnaire et qu'elle suit une marche interminable. Mais leur importance est plus évidente encore, quand des personnes prédisposées les emploient dans l'intention de prévenir l'invasion du mal d'yeux ou d'obvier à ses récidives.

Affaiblissement de la vue.

Voici l'énumération très concise des variétés de cette affection, pour lesquelles on se confie avec bénéfices souvent inespérés aux éléments du littoral.

Une première variété est celle qui attaque des

personnes d'une constitution très nerveuse et sensible, qui ont été longtemps en proie à des émotions tristes, ou ont éprouvé des revers de fortune, ou bien des personnes se disant elles-mêmes très nerveuses, d'un caractère extrêmement sensible ou mobile, et sujettes aux migraines. Leurs prunelles continuent à obéir aux impressions de la lumière; leurs yeux se font remarquer par le brillant de leur éclat, par la mobilité extrême de la pupille, par l'activité de l'exhalation à la surface de la conjonctive, circonstance qui fait paraître l'œil toujours inondé de larmes, par la sensibilité exaltée de ces organes qui ne sauraient supporter de grandes fatigues, enfin par la facilité avec laquelle les tissus superficiels s'injectent d'un sang rouge très apparent.

Une autre forme affecte les personnes grêles et délicates, plutôt débiles que fortes, blondes, à face ordinairement pâle, à iris bleu, et d'une très grande impressionnabilité nerveuse qui se communique quelquefois aux paupières et se manifeste là par un clignotement presque continuel. La maladie se présente souvent avec des accès pendant lesquels on observe tout le cortége des symptômes nerveux. Ces symptômes, d'ailleurs, accompagnent presque toujours cette forme de l'affaiblissement de la vue qui n'est, en général, que le signe d'un dérèglement dans le jeu vital de tous les rouages nerveux. La pupille est

étroite et souvent très contractée; on n'aperçoit point derrière elle, au fond de l'œil, de nuage grisâtre; elle ne se dilate que peu et lentement, et cela seulement dans une obscurité assez marquée; souvent elle ne se dilate point du tout. Sa contraction, au contraire, est très vive, dès que le malade passe brusquement de l'ombre qu'il quitte à regret, à la clarté. Il voltige devant ses yeux des corpuscules imaginaires de toutes les formes et couleurs. Quelquefois une légère douleur ou une tension dans l'œil, particulièrement vers le fond, accompagnent ces hallucinations visuelles souvent très bizarres. Tous ces symptômes suivent une marche périodique, ils disparaissent et reviennent de temps à autre.

Les personnes atteintes de ces deux nuances de l'amaurose incomplète, se baigneront dans l'Océan tous les jours, pendant trois à quatre minutes, durant un mois à six semaines. Chaque bain doit indispensablement être précédé ou suivi d'arrosements copieux sur la tête. Les bains impriment d'heureuses modifications à l'état nerveux général et tonifient le corps; les arrosements décentralisent le fluide nerveux intra-crânien accumulé en excès.

Une troisième variété se remarque chez des personnes d'une constitution débile, épuisées, qui ont subi des pertes de liquides organiques par l'allaitement, par des habitudes secrètes honteuses, par des excès dans les relations intimes corporelles. Ici

l'affaiblissement de la vue peut dépendre uniquement de la débilité générale consécutive à ces pertes, ou bien de cet état d'énervation aggravé d'une irritabilité oculaire extrême concomitante. Dans le premier cas, ces baigneurs prendront des bains de mer de courte durée, sans accompagnement d'affusions sur la tête; dans le second, ils associeront ces affusions aux bains; ceux-ci ayant besoin d'un traitement combinéavec les moyens toniques pour l'état général de l'économie et avec les moyens anti-congestifs pour l'organe de la vue; ceux-là devant recourir exclusivement aux moyens toniques généraux.



Maladies de l'oreille.

Écoulement d'oreille.

Après l'impuissance démontrée de tout l'attirail médical ordinaire, on obtient non rarement d'excellents effets d'une cure aux bains de mer, lorsque le mal est chronique, reconnaît pour cause l'élément scrofuleux, et consiste dans un boursoufflement mollasse du conduit auditif, accompagné d'un écoulement de matière muqueuse, dont la couleur, l'odeur et la consistance varient selon les degrés de l'affection.

Généralement, une série de vingt à vingt-cinq bains ne suffit pas pour conduire cette maladie à bonne fin. Il faut, de la part de ces baigneurs, beaucoup de persévérance : souvent il est nécessaire qu'ils recommencent le traitement, et parfois qu'ils emploient la saison entière pour réaliser des résultats. Ils se garderont des injections d'eau salée dans

l'oreille, mais feront un usage soutenu et méthodique de cette eau à l'intérieur. Ils se baigneront avec circonspection, en surveillant la durée de leur séjour dans l'eau, qui ne peut se prolonger au-delà de trois à cinq minutes; car ils ont tout à attendre de l'action tonique anti-scrofuleuse des bains et de l'air de la mer sur le vice constitutionnel dont l'écoulement d'oreille n'est qu'une expression.

Surdité.

L'unique espèce de surdité contre laquelle il est permis de préconiser les bains de mer, est celle désignée par les spécialités sous le nom de surdité nerveuse jointe à une excitabilité générale. Cette affection acoustique, sans lésion matérielle appréciable, dépend d'une faiblesse locale du nerf auditif, ou est liée à une faiblesse concomitante de tout le système nerveux, et se caractérise, au début, par la difficulté de suivre une conversation générale et animée, ou d'entendre avec la même netteté le chant et l'accompagnement dans un morceau de musique. Cet état se complique de bourdonnement et de migraines; la tête est moins libre, moins disposée à l'étude des sciences abstraites, et la mémoire est très faible ou dérangée bien avant l'âge.

Sur la tête, de nombreuses affusions, unies aux bains de mer très courts, entamés directement sans

préliminaires et secondés par l'observance des règles hygiéniques consignées dans les généralités de ce livre, sont les moyens qu'on dirige avec fruit contre cette infirmité acoustique, souvent au dernier point rebelle aux meilleures combinaisons ordinaires de la science.



Maladies de l'appareil locomoteur.

Rhumatisme chronique.

Une erreur qui pourrait donner suite aux plus déplorables accidents, est celle qui consisterait à croire que les bains de mer sont utiles dans tous les rhumatismes chroniques sans distinction. Non seulement leur emploi reste inefficace contre certaines nuances de cette maladie; mais il peut nuire dans certaines conditions morbides, par exemple, le rhumatisme mobile et métastatique chez les prédisposés à l'inflammation de la membrane dans laquelle le cœur est renfermé comme dans un sac, au point qu'une mort prochaine en soit le résultat. Il est donc évidemment d'une importance majeure de préciser, autant qu'il est donné de le faire, la catégorie des rhumatisants qui peuvent trouver la guérison ou le

soulagement de leurs souffrances par la pratique de la mer. Ce sont :

Les baigneurs et baigneuses atteints de douleurs rhumatismales dans les muscles seulement ou à la fois dans les muscles et dans les membranes qui les enveloppent immédiatement, chroniques dès le début, ou succédant à un rhumatisme aigu, disséminées ou concentrées sur un seul point, et siégeant en dehors des trois grandes cavités, le ventre, la poitrine et le crâne;

Les personnes qui présentent les phénomènes auxquels les médecins donnent le nom de *paralysie rhumatismale,* infirmité dont la nature se traduit par une paresse, une sorte de lenteur des parties à exécuter des mouvements, résultats de douleurs d'une longue durée;

Les rhumatisants dont les membres envahis sont atrophiés ou dans une contraction permanente, ou dont les articulations sont frappées d'immobilité plus ou moins complète, de gonflement, de tumeurs blanches;

Les personnes chez lesquelles le principe rhumatismal s'annonce par des douleurs fixes à l'extérieur sur l'une ou l'autre région des parois de la cavité pectorale;

Celles qui ont inutilement tout tenté pour se défaire de la *névralgie sciatique*, connue, à cause de la nature et de la marche rhumatoïdes qui la distinguent, sous

la dénomination impropre de *rhumatisme nerveux des membres*. En effet, on remarque chez des personnes d'un âge mûr, prédisposées ou sujettes aux inflammations des muscles et des articulations, un simple engourdissement douloureux de la cuisse et de la jambe, circonscrit, ou bien s'étendant à tout le membre le long des cordons nerveux. Les mouvements et les variations de température réveillent ou exaspèrent la douleur; mais c'est principalement aux approches des orages que la douleur se montre plus vive.

Les bains tièdes d'eau de mer servent de moyen de transition, pour préparer les personnes atteintes de ces formes diverses de rhumatismes à faire usage avec succès des bains à la lame. On ne saurait assez leur recommander de ne pratiquer la mer que pendant la période la plus chaude de l'année; de choisir les heures de la journée voisines du zénith solaire; de faire un séjour excessivement court, une à trois minutes dans chaque bain; d'interrompre de temps en temps par des jours de repos intercalaires. Les douches d'eau de mer sur les parties atteintes, mises en usage conjointement avec les bains, sont d'une utilité incontestable.

Il est une forme de douleur dépendant du principe rhumatismal qui se fixe dans la couche de tissu qui revêt les os du crâne. Ce rhumatisme peut occuper la voûte de cette cavité tout entière ou être borné à une seule région. La douleur se caractérise

par l'exaspération qu'elle subit par la contraction du muscle qui plisse transversalement le front, par toute pression extérieure, et par l'afflux du sang vers la tête. Ces baigneurs rhumatalgiques se guideront d'après les règles que nous venons de tracer et se feront administrer, au lieu de douches, d'abondantes affusions sur la tête.

Aux fins de seconder l'élimination des principes viciés qui circulent dans leur sang, les rhumatisés réaliseront le rétablissement de leur santé, d'une manière d'autant plus vite et plus certaine, qu'ils feront un usage copieux et soutenu de l'eau de mer en boisson.

Goutte.

Le genre de goutte qui peut attendre de la mer soit la guérisou, soit des modifications qui l'atténuent, se résume comme suit : La goutte s'est déclarée primitivement sous la forme chronique, ou elle est le résultat d'une goutte aiguë; elle n'est pas, ou presque pas accompagnée de phénomènes de réaction; elle attaque invariablement les mêmes articulations; elle n'a pas de tendance à se déplacer, surtout pour envahir un organe intérieur. Sa durée est de plusieurs mois; quelquefois elle ne laisse de repos aux malades que pendant les chaleurs de l'été. Les douleurs sont supportables; seulement elles s'exaspèrent de temps

en temps après les repas, après le premier sommeil, sous l'influence des variations de température, aux approches des orages, après une émotion vive, et par les changements précipités de position du membre malade. Les attaques ont jusqu'ici laissé les articulations libres d'engorgement dur ou d'altérations matérielles notables; néanmoins il peut en être résulté quelque gêne et quelque raideur dans les mouvements.

De même que les rhumatisants, les goutteux doivent commencer la saison par le traitement de transition, qui consiste dans l'usage de quelques bains d'eau de mer chauffée à température journellement décroissante par degrés. Les bains de mer proprement dits seront strictement limités de trois jusqu'à cinq minutes de durée. La cure aura plus de chances de succès depuis le milieu de juillet jusqu'à la fin d'août. Les goutteux se rendront aux bains de préférence vers le milieu du jour; ils s'abstiendront par un temps pluvieux et lorsque le vent souffle de l'ouest, cet état météorologique leur étant directement défavorable. L'usage régulier de l'eau de mer en boisson leur est aussi très salutaire.

Maladies de la peau.

Dartres.

Les dartres de nature diverse et les altérations de la peau, connues dans le monde sous les noms de *boutons*, *pustules*, *écailles*, *taches*, lorsqu'elles sont dégagées de toute effervescence générale, simples et locales, ou compliquées et l'expression d'un vice constitutionnel, puisent quelquefois dans une saison passée à Ostende des améliorations importantes et même une entière guérison. Cependant nous engageons les personnes qui sont atteintes à n'avoir recours à la mer qu'après avoir vainement épuisé les moyens ordinaires de la science.

L'efficacité des bains de mer pour effacer ces états maladifs déplaisants de la surface du corps, s'explique par l'influence de leur action topique, et surtout par leurs effets éliminateurs des liquides acrimonieux qui

circulent dans les tissus. Cette spécificité anti-dartreuse de l'Océan se constate chaque année par la société des baigneurs elle-même. En effet, rien n'est plus ordinaire que de voir disparaître du visage indistinctement ces farines et ces lamelles blanches chez toutes les personnes qui s'en trouvaient défigurées à leur arrivée sur la côte.

Excepté dans des cas spéciaux, les personnes affectées des lésions de la peau ci-dessus spécifiées, doivent faire un long séjour dans chaque bain, et graduellement l'étendre à quinze et même à vingt-cinq minutes. Cette catégorie de baigneurs a spécialement beaucoup à compter sur la vertu altérante de l'eau de mer à l'intérieur, prise avec persistance et à doses réfractées.

Nous venons d'émettre l'avis de ne traiter les maladies de la peau par la pratique de la mer, qu'après l'usage infructueux de tous les autres moyens; cependant on rencontre des cas où le traitement maritime doit être primordial : Il est des personnes qui se présentent au praticien pour des maladies de l'espèce, auxquelles on ne saurait appliquer les médications appropriées, sans être arrêté à chaque pas par l'état des organes digestifs et la disposition acrimonieuse générale. On peut avec confiance directement adresser aux bains de mer ces constitutions affaiblies et impressionnables, dans le but de les fortifier et de préparer les voies aux remèdes spéciaux

qu'on se dispose à employer. Il n'est pas rare même, dans ces circonstances, que la maladie cesse sous la seule influence des bains et des auxiliaires naturels qui les entourent.

Les visiteurs d'Ostende qui se trouvent dans ces dernières conditions feront bien d'entamer la saison par quelques bains chauds préalables. Après cette précaution louable, ils passeront à l'emploi des bains de mer proprement dits, de quinze à vingt-cinq minutes de durée, en se faisant une loi de n'arriver à ces termes extrêmes, qu'avec une gradation bien ménagée et après l'épreuve suffisamment répétée de la mesure de la résistance vitale propre à chacun d'eux.

L'usage peu agréable de l'eau de mer en boisson leur vaudra une compensation très ample, par l'effet de son efficace assistance à l'ensemble de la cure.

Transpiration outrée habituelle de la peau.

Cette anomalie de la peau consiste dans des sueurs excessives qui baignent sa surface, dans toute saison, à propos du moindre exercice ou à l'occasion d'un ébranlement physique ou moral quelconque. On la rencontre principalement chez les adultes, d'une constitution primitivement forte, mais chez lesquels la peau présente un notable état de relâchement et d'atonie. La surexhalation de la sueur, outre l'in-

convénient qu'elle a de mouiller sans interruption les vêtements, et de tenir toujours l'esprit préoccupé par la perpétuelle crainte d'un refroidissement, cause encore celui d'affaiblir considérablement les forces corporelles.

Sans doute il faut agir avec circonspection et une continuelle surveillance, en prenant des bains dans la mer pour faire cesser ces pertes par les pores de la peau; mais aussi ce serait renier un moyen héroïque que de les exclure complétement par excès de prudence. Voici comment ces personnes ont à se conduire pour la fréquentation des bains : elles feront précéder ceux-ci de quelques bains chauds d'eau de mer pris au cabinet, et à température chaque jour abaissée par degrés. Ensuite elles ne se baigneront dans la mer qu'avec des précautions pour se prémunir contre l'air froid. Elles sortiront de l'eau aussitôt après s'y être plongées un instant; puis, après une dizaine de bains pris de la sorte, les bains suivants seront avec avantage progressivement portés à trois, à cinq et à sept minutes de durée.



Maladies secrètes.

Nos bains doivent être rigoureusement exclus du traitement de ces maladies. Ils conviennent seulement alors que tout principe virulent est actuellement éteint et que la maladie est dégénérée et affecte les formes scrofuleuses. On en fait également usage avec un signalé succès, dans les longues et pénibles convalescences qui se prolongent longtemps après que le traitement spécifique, mercuriel ou autre, a cessé. Rationnellement employés, les bains de l'Océan transforment puissamment l'état délabré du corps vivant, ils accélèrent le retour complet de la santé en restituant les forces primitives et en consolidant la guérison.

Les écoulements chroniques, simples et bénins, primitifs ou succédant à une infection spécifique, se prolongeant indéfiniment dans l'un et l'autre cas, qu'ils soient ou non en rapport avec un état de

débilité générale, ne peuvent s'adresser à aucun moyen curatif plus énergique et offrant à la fois plus de sécurité que les bains et l'air de la mer du Nord.



Prédispositions à certaines maladies.

Prédisposition a la phthisie pulmonaire.

Il est inutile de dire qu'il y a proscription absolue pour les bains et l'air d'Ostende dès que la phthisie est patente; mais, par contre, il est avéré que ces éléments sont, parmi tous les moyens préventifs contre cette affection, ceux qui jouissent d'une incontestable prééminence.

Les personnes à peau blanche et fine, à cheveux châtains et blonds, dont les membres sont grèles, et qui ont habituellement les pommettes colorées d'une rougeur vive et circonscrite, de même que celles dont la poitrine est étroite, allongée et déprimée sous les clavicules, qui ont les omoplates saillantes et écartées en forme d'ailes, sont menacées de phthisie, et peuvent en éviter l'invasion par l'habi-

tation prolongée sur les côtes et la pratique de la mer pendant les jours d'été.

La prudence dictée par les antécédents et par la prédisposition flagrante de ces sujets, doit faire commencer la saison par les bains chauds préliminaires. Après, leur séjour dans la mer aura lieu avec restriction, en se bornant à quelques plongeons; puis successivement, par la suite, ils feront durer le bain de une à trois minutes. Chaque série non interrompue de trois à cinq bains sera séparée d'une pareille série suivante par un et mieux par deux jours de repos intercalaires. L'exercice à pied, à âne, ou à cheval sur la plage, le long du bord où les vagues viennent expirer, et un régime animalisé et tonique, complètent les conseils qu'ont à suivre ces personnes, à bon titre confiantes dans les ressources hygiéniques et les trésors médicaux de l'Océan.

Prédisposition aux scrofules.

Certains caractères particuliers témoignent de la prédisposition scrofuleuse; ils se divisent en deux séries :

Dans la première, les personnes prédisposées se distinguent par une taille grêle, une figure plus souvent ovalaire qu'arrondie, la mâchoire inférieure peu large, les lèvres de proportions ordinaires, des traits à contours fins, un teint blanc et d'un rouge-

vermillon, une circulation sanguine périphérique qui devient très apparente au moindre motif physique ou moral, le développement du crâne, une intelligence précoce, une mobilité d'esprit extraordinaire, des dents blanches et belles, des cheveux blonds, la longueur du cou, une poitrine où la dimension de longueur prédomine sur celle de largeur, la hauteur de leurs épaules, et enfin par la maigreur générale.

Dans la deuxième série, les personnes sont indolentes; leur peau est empâtée et mollasse, leurs chairs sont flasques; toute l'architecture de leur corps a quelque chose de grossier; l'expression de leur visage est hébêtée, stupide; ils ont le teint malade; le nez est gros et gonflé; la lèvre supérieure est très grosse et s'avance sur la lèvre inférieure; les pommettes sont proéminentes, la mâchoire inférieure est transversalement allongée; leur figure a une forme carrée; leur cou est court, leur taille ramassée; et leurs facultés intellectuelles sont peu ou tardivement développées.

Toutes ces personnes sont éminemment exposées à se voir affligées des symptômes extérieurs et locaux des scrofules, tels que : glandes, ulcères et fistules au cou, ophthalmies, caries, etc. Une saison entière de bains de mer judicieusement dirigée, en concurrence avec leurs auxiliaires et co-auxiliaires, peut pour toujours prévenir les phénomènes externes *visibles* de l'affection scrofuleuse, en imprimant à la

constitution des modifications heureuses radicales et durables.

Prédisposition au rhumatisme.

Nous l'avons déjà dit, les bains de mer sont mis en usage avec succès contre certaines formes du rhumatisme et de la goutte établies; mais ils rendent des services encore plus réels pour corriger la prédisposition à ces maladies.

Les baigneurs pourront s'assurer si la prédisposition au rhumatisme existe ou non chez eux, suivant qu'ils remarqueront ou non sur leur personne les signes dont voici le tableau : Une grande activité de la sanguification, une vive sensibilité de la peau, un développement très considérable des vaisseaux capillaires qui charrient le sang à la surface de la peau.

On remarque, en effet, que les personnes qui sont le plus ordinairement affectées de rhumatisme, ont la peau rosée, la figure fortement colorée, et que chez elles toute la surface du corps s'injecte en rouge avec la plus grande promptitude et une extrême facilité sous l'influence de l'exercice, des passions, ou de l'action solaire. Enfin, la vive sensibilité dont jouit leur peau, les rend très impressionnables à l'action du froid, cause principale de la maladie. Chez d'autres, la prédisposition rhumatismale se révèle par des circonstances héréditaires, ou par un

état de trouble général et de malaise pendant les hivers, quand règnent les vents humides et froids.

Les personnes qui présentent ces prédispositions ont des réactions difficiles et se trouvent mal des bains de mer quand leur durée dépasse quelques minutes; tandis que ces bains, rationnellement employés, et dirigés avec surveillance, leur prêtent plus de résistance aux vicissitudes atmosphériques. En effet, mis en usage avec ces conditions, ils sont toujours suivis d'une réaction intense, laquelle, journellement répétée pendant une certaine période, finit par neutraliser l'impressionnabilité de la peau aux basses températures de l'hiver.

Prédisposition a la goutte.

Il y a lieu de soupçonner l'invasion prochaine de la goutte chez les personnes nées de parents goutteux, à constitution goutteuse elles-mêmes, ayant la tète grosse, une corpulence pleine, molle et humide, mais une constitution forte et robuste; chez les sujets oisifs et intempérants, faisant un usage journalier d'aliment gras, huileux, de ragoûts, de gibier, de viandes fumées et salées, de tous les aliments de digestion difficile, d'une nourriture trop succulente, de liqueurs spiritueuses et fermentées, et qui sont parvenus à l'âge de trente-cinq à quarante ans, surtout si on les voit sujets à des douleurs

vives mais de courte durée, passant tour à tour d'un tissu à un autre, et s'ils sont tourmentés par des crampes et des insomnies.

Une saison de bains de mer parcourue avec discernement, eu égard au régime, aux bains eux-mêmes et aux lois hygiéniques qui s'y rattachent, favorisée par l'usage abondant de l'eau de mer en boisson, éloigne souvent et parfois prévient l'invasion du tourment goutteux.



Maladies des enfants.

Il n'est pas d'âge aussi favorisé pour profiter des effets bienfaisants que les bains et l'atmosphère de la côte maritime de la Belgique répandent sur la santé, que celui de l'enfance; et il est avéré que ces agents jouissent d'une valeur hygiénique et médicale supérieure aux autres moyens dans les maladies de cette période de la vie. Leur influence est, au surplus, éminemment propre à provoquer le développement sain et robuste de ces petits êtres grandissant, et à opérer de véritables transformations dans la santé et le tempérament des plus faibles, en répandant une vie nouvelle sur tous les organes de leur tendre édifice. Cette influence sert, en outre, on le sait, à neutraliser les dispositions morbides émanées d'un germe héréditaire, par l'excellente modification fondamentale qu'elle imprime aux constitutions

naissantes ainsi originairement viciées. Les jeux et les exercices continuels auxquels les enfants sans exception s'amusent si volontiers sur la plage, soit en creusant le sable, soit en fatiguant leur monture, ou bien en suivant les cours de gymnastique, à moins qu'ailleurs en groupes ils ne prennent leurs libres ébats à folâtrer activement de mille manières diverses, sont de leur côté de puissants auxiliaires à l'efficacité de ces richesses maritimes hygiéniques et curatives.

Mais à cela ne se borne pas le privilége de la mer : La grande part que prend une installation sur ses bords à une bonne éducation physique des enfants, est démontrée par le grand nombre de parents qui, chaque année, obéissant aux entraînements du bon exemple ou engagés par leur propre expérience, y amènent leur jeune famille, dans l'unique but de fortifier encore, s'il est possible, ou de garantir contre les causes morbifiques la santé souvent déjà florissante de ses membres.

Parmi les tendres rejetons des familles, il n'en est pas dont l'état réclame plus impérieusement l'habitation sur la côte pendant la belle saison, que ceux qui sont classés dans les catégories dont il va être question.

Enfants faibles.

On reconnaît ces enfants à une expression morne

et triste du visage, au cercle bleuâtre qui entoure les yeux, à la tuméfaction pâteuse des paupières, parfois encroûtées de matières chassieuses; à la couleur habituellement pâle de la figure, qui est très susceptible de colorations variées suivant les espèces d'impressions. Généralement ces enfants sont très irritables, pusillanimes, témoignent de l'indifférence pour les jeux, et d'ordinaire cherchent à se tenir isolés et tranquilles; ils ont la peau brûlante, le pouls extrêmement ténu et vite; leur appétit est faible et souvent nul; leur corps est fluet et très grêle; et on est tout d'abord frappé de la maigreur et de la mollesse de leurs membres, phénomènes qui sont portés chez quelques uns au point de rendre la marche impossible. Chez quelques autres, on remarque des attitudes vicieuses du tronc, dues à la faiblesse musculaire, et qu'on attribuerait facilement à une déviation vertébrale, s'ils ne disparaissaient par un redoublement d'efforts de la part de ces sujets lorsqu'on les convie à se tenir bien droits. Très fréquemment ces êtres chétifs et languissants ont beaucoup souffert de la bouche à la première évolution des dents, et celles-ci sont irrégulières, courtes et trouées; ou bien, chez ceux qui sont plus âgés, la seconde dentition se fait actuellement avec peine ou est retardée. Cette série de symptômes caractérisant les enfants débiles et délicats, se trouve en général en liaison avec une cause héréditaire. Cependant elle se déclare

quelquefois à la suite de maladies graves chez des enfants primitivement sains et robustes.

Il est de rigueur de faire administrer d'abord à ces petits êtres, jeunes et sans forces réactives, les bains de mer en baignoire. Ensuite, à raison de la vive susceptibilité au froid qui les distingue, on ne les baignera dans la mer que de jour à autre durant la première quinzaine; puis le bain sera journalier, mais très court, variant entre une et deux minutes de durée. Au sortir de l'eau, on favorisera la réaction par des frictions sur la peau, des vêtements de laine et l'administration d'une boisson chaude légèrement excitante et mieux du bouillon de bœuf. Chez les enfants qui annoncent la faiblesse musculaire au point de simuler une déviation de la tige vertébrale, il est extrêmement utile de marier aux précédents moyens les douches en arrosoir dirigées sur l'épine du dos et les membres.

Lorsque ces enfants en seront venus à leur vingtième ou à leur vingt-cinquième bain, on redoublera la surveillance; car c'est à ce moment que se déclarent d'habitude chez eux les marques de saturation, laquelle se laisse reconnaître aux signes d'excitation que nous avons fait connaitre dans les généralités.

Certains petits êtres de cette catégorie, par suite d'une disposition particulière innée, montrent dès les premiers jours une intolérance pour les bains qu'il est bon de respecter.

Enfants lymphatiques.

Nous entendons désigner sous cette dénomination les enfants qui présentent les caractères du tempérament lymphatique, mais qui n'offrent actuellement aucune des lésions auxquelles ce tempérament les prédispose.

On peut dire qu'un enfant est lymphatique lorsqu'on observe chez lui ces indices extérieurs : finesse et blancheur de la peau, rondeur des formes, délicatesse des traits, cheveux blonds, grosses lèvres, largeur de la mâchoire inférieure, articulations saillantes, dents ternes ou se cariant de bonne heure, tête volumineuse, poitrine étroite et aplatie, proéminence du ventre, flaccidité et mollesse des chairs, faiblesse musculaire, apathie, indifférence.

A quelques exceptions près, ces enfants peuvent prendre les bains dans la mer sans faire précédemment usage des moyens de transition déjà souvent cités. Généralement, ils réagissent bien, et continuent avantageusement les bains, sans aucune interruption, pourvu qu'on ait soin de maintenir la durée de chaque bain dans des proportions rationnelles.

Afin d'obvier puissamment à l'invasion des maladies auxquelles ces enfants montrent une continuelle tendance, on secondera l'action des bains par l'emploi intérieur et non interrompu de l'eau de mer.

Les enfants chez lesquels les caractères physiques

du tempérament lymphatique sont très patents, obtiendront rarement de salutaires effets persistants d'une première série de bains ; mais une double série, quarante-cinq à cinquante bains, leur procurera une modification constitutionnelle parfois durable.

Enfants scrofuleux.

Les apparences physiques extérieures qui sont propres aux enfants lymphatiques se remarquent aussi chez les scrofuleux ; mais il faut y ajouter, indépendamment des symptômes locaux de la maladie, une série de phénomènes morbides qui impriment à ces enfants un cachet non équivoque de scrofules. Tels sont surtout la rougeur des paupières, la longueur démesurée des cils, le larmoiement habituel, la pâleur et la bouffissure du visage, un teint blafard, un enduit terreux, pulvérulent de la peau, le retard de l'accroissement du corps, la tristesse, l'inégalité et la morosité de l'humeur.

La médecine est malheureusement trop souvent impuissante pour guérir ces terribles maladies, et c'est un bonheur pour l'humanité que l'on soit parvenu à découvrir dans l'administration simple ou modifiée des bains de mer, un remède énergique qui triomphe du mal lorsque toutes les médications ordinaires ont échoué.

Les enfants scrofuleux exigent une direction parti-

culière pour réaliser la plus grande somme possible de résultats avantageux.

Aux plus jeunes et aux plus chétifs on fera commencer la cure par quelques bains chauds d'eau de mer, alors surtout que l'état météorologique est contraire, à cause des vents d'ouest accompagnés d'humidité.

Le temps à rester au bain pris dans l'Océan même, sera gradué d'après l'âge des enfants, l'époque de la saison, l'état de l'atmosphère, et on le fera osciller entre trois et quinze minutes.

Après un nombre variable de bains, eu égard aux circonstances individuelles et accidentelles, mais qui ordinairement est de dix-huit à vingt, on fera avec avantage baigner ces petits malades deux fois dans la même journée.

Les petits scrofuleux supportent longtemps la pratique de la mer, et généralement on remarque que chez eux l'amélioration marche en raison du nombre croissant des bains : aussi leur est-il toujours avantageux de compléter deux et même trois *saisons ;* ce qui équivaut à soixante-cinq ou à soixante-quinze bains.

Les applications et les lotions d'eau de mer sur les symptômes locaux de l'affection scrofuleuses, ont des adjonctions très utiles aux bains. Les douches en arrosoir sur les gonflements indolents, glanduleux ou osseux, graduées savamment sous le rapport de

la durée, de la température et de la force, contribuent aussi pour une bonne part au but qu'on se propose d'atteindre.

Les enfants scrofuleux, indistinctement, doivent faire usage de l'eau de mer en boisson dans des proportions relatives à leur âge et à la tolérance de l'estomac et des intestins.

Le *carreau*, cette autre localisation des scrofules, se manifeste particulièrement chez les enfants nés avec le germe scrofuleux, chez ceux qui sont sevrés trop tôt et nourris d'aliments indigestes. Le dévoiement, l'amaigrissement, l'absence ou le déréglement de l'appétit, la dureté et l'intumescence bosselée du ventre, et, vers la fin, une fièvre lente et continue, sont les symptômes capitaux de cette désolante maladie.

Dans le carreau, on doit plus espérer de l'usage intérieur de l'eau de mer que des bains mêmes ; néanmoins ceux-ci sont indispensables pour seconder l'action dissolvante et résolutive de la boisson.

Enfants rachitiques.

Ordinairement ces enfants sont tristes, moroses, languissants, indifférents pour le jeu, et ils se refusent bientôt à toute espèce d'exercice. Ils ont l'esprit plus vif et plus pénétrant que les autres, les organes des sens bien disposés, la face pleine et bien nourrie, la

tête grosse, le teint vermeil ; ils mangent beaucoup et avec appétit ; le foie et la rate sont d'un volume considérable, tandis qu'ils sont maigres, desséchés et comme décharnés dans toutes les autres parties du corps. Plus tard, mille désordres rendent ces pauvres enfants l'objet de l'étonnement et de la pitié : leur face se ride, les joues deviennent pendantes, et la physionomie prend un caractère tout particulier qui exprime l'habitude des méditations sérieuses ; les jointures se relâchent, les os se ramollissent, les extrémités des os longs et presque tous les os spongieux, à savoir les vertèbres et les petits os du poignet et du coude-pied, s'enflent et forment des *nœuds;* les côtes sont déprimées, la poitrine est poussée en avant, et prend une forme analogue à celle de la carène d'un vaisseau ; enfin les grands os se courbent et tous les membres deviennent contrefaits.

Voici les règles à suivre pour guider convenablement et fructueusement les enfants rachitiques pendant leur habitation sur la côte :

Il faut avoir soin de les préserver par de bons vêtements contre la variabilité de la température de l'air sus-marin, et se contenter, les six ou huit premiers jours, de leur faire respirer cette atmosphère sur la digue, et mieux, sur la plage, pendant une bonne partie de la journée.

Ensuite il leur sera administré trois à six bains

d'eau de mer chauffée à température chaque jour graduellement décroissante.

Puis on les baignera au milieu des vagues. Deux ou trois immersions successives et rapides suffisent les trois premiers jours. La durée des bains subséquents sera d'une et progressivement de trois minutes. Eu égard à la frêle constitution de ces enfants, on laisse un intervalle de repos d'un jour entre chaque courte série de trois bains.

Les bons effets des douches d'eau de mer en arrosoir, administrées, avec toutes les conditions convenables, sur la colonne vertébrale des enfants simplement *déviés*, mettent ce moyen au nombre des remèdes auxiliaires importants dont on ne peut négliger l'emploi qu'au détriment de ces petits malades.

De légers exercices gymnastiques, quand même ils se borneraient aux différents modes de suspension par les membres supérieurs, doivent aussi compter parmi les pratiques accessoires indispensables.

Enfants nerveux.

La plupart de ces enfants attirent l'attention par la pâleur de leur visage, un cercle noirâtre et comme meurtri autour de leurs yeux, l'existence de vaisseaux rouges ramifiés sur les paupières, la dilatation des pupilles, la coloration en brun et en noir de l'iris, et les fréquentes plaintes de mal de tête. Presque tous

sont d'une constitution éminemment débile, ont les membres d'une gracilité extrême, des muscles mous et comme atrophiés, la taille petite ou élancée et très mince. Généralement ces enfants sont très impressionnables au physique comme au moral, d'une intelligence facile et précoce, d'une sensibilité et d'une humeur vives, d'une détermination prompte mais très variable, se livrant au jeu avec une passion ardente, mais se trouvant vite surpris par la fatigue. Beaucoup ont le sommeil agité et souvent interrompu par des rêves, et non rarement on surprend les petits garçons dans un état d'érection prolongée qui les conduit invinciblement au vice solitaire, si on n'y oppose la plus active surveillance.

Pour cette catégorie d'enfants, on doit préluder à la cure par des bains chauds d'eau de mer en baignoire, mitigés d'abord par un demi-kilogramme d'amidon ou autre substance émulsive, ensuite donnés sans mélange. Après ces administrations préparatoires, il faut employer les courtes immersions dans la mer même, et faire succéder à celles-ci des bains à la lame, de deux et progressivement de quatre minutes de durée, précédés ou suivis de quelques affusions sur le sommet de la tête.

Un nombre de vingt à vingt-cinq bains est le terme moyen qui convient à la classe nerveuse des enfants. Leur tolérance s'épuise vite quand on dépasse cette limite sanctionnée par l'expérience.

Une nourriture succulente, tonique et froide, coopère sérieusement à développer un antagonisme victorieux de ces naissantes dispositions nerveuses.

Enfants sujets aux convulsions spasmodiques.

Généralement, on peut espérer de bons résultats de l'usage des bains de mer contre les convulsions spasmodiques de l'enfance; mais l'expérience promet surtout le succès, lorsque ce sont des jeunes filles nerveuses, depuis l'âge de sept à neuf ans jusqu'à celui de la puberté, qui en sont atteintes ; lorsque la maladie a été déterminée par une vive frayeur, la jalousie, la colère, les contrariétés, les habitudes solitaires honteuses, un accroissement trop rapide, une menstruation difficile ; lorsque son invasion a été précédée de l'abolition graduelle de l'appétit, de troubles digestifs, de constipation, de ballonnement du ventre, d'une diminution de la vivacité ordinaire; lorsque les symptômes portent principalement sur le système musculaire, et se traduisent par des mouvements singuliers, désordonnés, bizarres et irrésistibles de la totalité ou d'une partie quelconque du corps.

Les cinq premiers jours de la cure, on administrera exclusivement à ces enfants des affusions sur la tête, au bord de la mer, portées par gradation à un nombre considérable. Les jours suivants, on les baignera

dans la mer par surprise et par immersions rapides.

Plus tard, on complétera la saison par l'exercice ou l'apprentissage de la natation.

A la fin du traitement, l'adjonction aux bains de quelques douches vigoureuses sur la tête et sur la colonne vertébrale, viendra assister l'ensemble des agents maritimes.

Pendant tout le cours de la saison, les moyens accessoires qui contribuent à fortifier et à régulariser les mouvements musculaires, tels que la gymnastique, la marche, les courses à âne, dans les dunes et sur la plage, seront employés avec persistance et une régularité périodique journalière.

Enfants sujets aux catarrhes du nez et aux maux de gorge.

Presque tous ces petits malades ont cela de commun avec les petits scrofuleux, qu'ils se présentent avec les caractères physiques extérieurs que nous avons reconnus propres aux enfants lymphatiques. En général, leur constitution est chétive et débile, et beaucoup ont la taille extrêmement élevée et grêle pour leur âge. Ils contractent avec une désolante facilité des rhumes de cerveau qui se prolongent en intarissables écoulements muqueux du nez, et des tuméfactions des tissus du gosier. L'enchiffrènement et la gêne de la gorge sont si fréquents chez eux, qu'on peut dire qu'ils leur sont devenus habituels.

Si aucun remède ne l'emporte sur les éléments de la mer pour combattre ces états catarrhaux, ils sont surtout indiqués pour prévenir leur invasion et le retour de leurs éternelles récidives.

Nous commençons directement la saison, pour cette classe d'enfants, par les bains de mer au milieu des carrés, et nous les leur faisons administrer avec toutes les conditions hygiéniques, souvent citées, concernant leur instantanéité, leur peu de durée et les circonstances météorologiques.

Vingt-cinq à trente bains à la lame, judicieusement suspendus de temps en temps par un à deux jours de repos, constituent une période qui permet à ces enfants d'emporter tout le bien qu'ils peuvent espérer de la pratique de la mer.

Enfants atteints ou menacés de catarrhes prolongés des bronches et du larynx.

Ces entraves à la santé se rencontrent principalement chez les enfants à constitution débilitée et chez ceux à tempérament lymphatique, dont les principaux caractères, comme nous l'avons vu, sont : pâleur et taches de rousseur au visage, yeux bleus, engorgement glandulaire du bord libre des paupières, tuméfaction des lèvres, de la cloison et des ajles du nez ; dentition pénible, attardée ; dents courtes, noires, cariées ; cheveux blonds ou d'une autre

couleur claire ; décoloration générale de la peau et flaccidité des chairs. A la suite de la coqueluche, il n'est par rare de rencontrer ces catarrhes chez les enfants indistinctement.

Une toux, généralement peu fréquente dans la journée, redoublant le matin au moment du réveil, et quelquefois avant le sommeil, suivie d'expectoration muqueuse abondante quand les bronches sont le principal siége de la maladie, et presque nulle lorsque le mal est localisé sur l'organe de la voix, accompagnée, dans cette dernière circonstance, d'un léger enrouement et d'une gêne habituelle au cou, caractérise l'existence actuelle de l'affection.

L'habitation sur la côte et l'emploi des bains de la mer du Nord exigent certaines règles de conduite, dont l'entière observance est la condition indispensable du succès chez les enfants en question :

Il est nécessaire d'insister sur les soins qu'il faut prendre de les habiller chaudement et de les soustraire à l'exposition de l'air froid du soir et du matin, qui se fait toujours sentir au bord de la mer.

Les bains de mer tièdes de trente-cinq degrés centigrades, graduellement descendus à la température de vingt-huit degrés, sont les moyens par lesquels il faut ouvrir la saison lorsque la température de l'atmosphère est relativement trop peu élevée.

Après on les conduira à la mer vers le milieu des

journées qui constituent la période du quinze juillet à la fin du mois d'août.

Afin que les bains qu'on leur donne dans la mer amènent immédiatement une complète ou du moins une suffisante réaction, on aura soin que les premiers soient d'une brièveté extrême, de trente secondes à une minute de durée, et que les suivants ne soient prolongés à deux ou à trois minutes, que lorsque déjà la toux est près de s'éteindre et que la constitution se trouve fortifiée. Si la réaction après le bain était trop tardive ou douloureuse, on la développerait par des frictions d'eau de Cologne, et une boisson tonique chaude.

Par mesure de prudence, on renoncera définitivement aux bains si les symptômes concomitants ne semblent pas, après un certain temps, suivre une marche franche d'amélioration.

Enfin, prévenons qu'au-delà de vingt à vingt-cinq bains, on n'a plus guère rien à attendre, pour ces enfants, d'un prolongement de séjour sur le littoral.



Maladies dites chirurgicales.

La claudication, le gonflement des membres, et la faiblesse locale et générale, suites de fractures récemment consolidées, guérissent, ou sinon reçoivent de bienfaisantes modifications sous l'influence des bains de mer, principalement chez les personnes présentant les caractères du tempérament lymphatique.

Le pied, à la suite d'entorses chroniques, conserve parfois un degré de faiblesse et de douleur qui donne lieu, surtout vers le soir, à un engorgement pâteux, de volume variable, autour des malléoles: ces cas sont toujours traités avec succès par les bains et les douches de l'eau de l'Océan.

L'action résolutive et tonifiante des mêmes moyens combat également avec réussite fréquente l'état particulier qui succède, en général, aux déboitements des os, se caractérisant par un degré de faiblesse et

de gonflement indolent de l'article luxé, condition qui persiste longtemps encore après que tous les autres symptômes ont cessé. On en retire encore de grands avantages dans les engorgements des membres qui sont mous, indolents, et qui cèdent à l'impression du doigt et la retiennent quelque temps, lorsque, bien entendu, ces engorgements ne sont pas en connexité avec une lésion d'un organe interne.

Les bains de mer sans l'adjonction des douches conviennent en outre très bien aux dames qui, à la suite d'accouchements pénibles, sont restées sujettes à des inconvénients, tels que la douleur, la faiblesse, le gonflement aqueux de l'un ou de l'autre membre inférieur ou la dilatation maladive du calibre des veines situées à la surface des jambes.

Une saison de bains longtemps continuée et secondée par l'usage interne de l'eau de mer, tantôt à petites doses, tantôt à doses purgatives, parvient souvent à guérir les conditions morbides suivantes, et toujours leur fait éprouver des améliorations sensibles :

Les gonflements opiniâtres de la membrane qui est immédiatement située sur la crête du tibia, survenus à la suite d'une chute ou d'un coup, rapportés à une date plus ou moins ancienne, avec ou sans douleur du genou pendant la marche, chez des sujets jeunes et lymphatiques.

Les engorgements glanduleux de nature scrofuleuse, ulcérés et fistuleux ou non, autour du cou,

sous les aisselles, aux aines. On joint, pour ces cas, aux moyens cités, des applications topiques permanentes de linges sans cesse tenus mouillés par l'eau de mer. On agit de même pour toutes les variétés de tumeurs blanches.

Les caries et la mortification des os, compliquées ou non d'ulcères et de fistules, chez les jeunes sujets à constitution faible ou détériorée par des sucs corrompus qui se sont mêlés au sang.

Les trajets et ulcères fistuleux qu'on rencontre chez les adolescents lymphatiques ou chez ceux à constitution accidentellement affaiblie.

Les ulcères de la peau entourés de varices et ceux très invétérés, dits atoniques, chez les adultes. On n'a rien à redouter pour les organes nobles après la guérison de ces infirmités, lorsqu'elle s'obtient par l'emploi de l'eau de mer en bains et en boisson, alors même qu'elles rendent en quelque sorte le service de vésicatoires préventifs, chez les personnes atteintes ou menacées d'une inflammation chronique d'un des principaux organes : car ce n'est qu'après que le sang est suffisamment purifié qu'elles se cicatrisent définitivement.

Indépendamment de l'utilité du bain de mer dans les précédentes circonstances, il sert à consolider les cicatrices faibles, étendues, minces, squammeuses, adhérentes ou non aux os, succédant à des déperditions de la peau ou à des amputations. Son emploi a un

égal succès dans les varices des jambes, dues à des marches trop longues ou provoquées par la station debout ; dans l'augmentation anormale du diamètre des veines qui entourent les organes sexuels ou qui sont situées dans leur voisinage, lorsqu'elle est produite par l'abus de la destination naturelle de ces organes, ou par l'emploi outré des bains chauds, ou lorsqu'elle relève d'une faiblesse locale ou générale. Les bains de mer froids procurent à ces derniers malades des forces nouvelles, agissent à la manière des toniques sur toute l'économie, et consécutivement facilitent la rétraction du calibre des vaisseaux, démesurément distendus, par le retour de la contractilité primitive du tissu de leurs parois.



CINQUIÈME PARTIE.

De l'emploi opportun des médications particulières pendant la cure.

Indépendamment des diverses médications que peuvent nécessiter les accidents éventuels qui surviennent pendant le cours des bains de mer, soit spontanément soit provoqués par leur emploi irrationnel, il est très utile, dans certaines circonstances morbides, de mettre en usage simultanément avec eux des remèdes pharmaceutiques auxiliaires, dans le but d'accélérer, de seconder ou de rendre possible l'action curative de la pratique de la mer. En effet, on sait combien est grande la classe des maladies qui résistent à la médecine usuelle, lorsqu'elle est isolée et dépourvue du concours de certains moyens adjuvants, hygiéniques ou autres, et qui cèdent à une

médication judicieusement combinée. Il en est de même quant au traitement par les bains de mer : dans la majorité des cas, ils suffisent à eux seuls pour déterminer la guérison ou amener des modifications favorables dans l'altération de la santé ; mais non rarement aussi il est essentiel, pour les faire réussir, d'administrer concurremment avec eux des préparations médicinales, ou de les unir à un traitement spécial. Par exemple, les *pâles couleurs* restées rebelles aux soins antérieurs de l'hygiène, joints aux prescriptions des médecins les plus célèbres, et même à l'usage actuel mais exclusif des bains, seront victorieusement combattues par l'action simultanée de ces bains et des compositions ferrugineuses. Les deux remèdes administrés en même temps favorisent réciproquement l'action et l'effet de l'un et de l'autre : le bain, en relevant les forces de l'estomac, établit la tolérance pour le fer et en facilite l'assimilation ; le fer, à son tour, en soutenant et en rehaussant encore ces nouvelles forces, maintient les progrès de l'amélioration, et finit, en passant cette fois dans le sang avec de bonnes conditions, par rendre à ce fluide ses principes constitutifs normaux et par amener la guérison. On voit par là que l'insuccès des bains doit parfois être attribué à l'omission des auxiliaires choisis dans le domaine de l'homme de l'art ou dans celui du pharmacien. Afin de mieux exposer sous les yeux la conduite médicale

que nous tenons avec les baigneurs malades, nous croyons qu'il ne sera pas sans intérêt de faire réimprimer ici partiellement un mémoire de nous, qui a été publié dans les *Archives de la Médecine belge* du mois de septembre 1845, relativement à la saison des bains de cette année.



Choix d'observations recueillies sur des malades envoyés par leurs médecins aux bains de mer à Ostende, pendant la saison de 1845.

Généralement, on trouve dans les écrits sur les bains de mer des tableaux qui indiquent sommairement les maladies dans lesquelles ils jouissent d'une éminente vertu ; mais nulle part on n'a suffisamment spécifié les nuances de ces maladies contre lesquelles ces bains restent impuissants, s'ils ne sont nuisibles.

C'est afin de contribuer pour une très faible part à mieux déterminer les cas que l'on peut confier avec sécurité et succès à l'efficacité médicale de l'Océan, isolée ou secondée des ressources puissantes de l'art, que nous livrons au public ces quelques observations commentées.

Observation première.

Mme la douairière......, habitant la province du

Hainaut, âgée de 44 ans, est d'une bonne complexion, d'une constitution sanguine, d'une taille élevée, et jouit d'une humeur naturellement gaie et enjouée. Jusqu'à l'âge de 17 ans, sa santé avait toujours été florissante, lorsqu'un jour, en descendant rapidement un escalier, elle manqua les six dernières marches, et fit une violente chute sur le talon du pied droit sans que le corps fût renversé. Le choc causa un ébranlement pénible, et immédiatement une douleur déchirante se fixa dans l'aine droite. Le médecin, qui incontinent fut mandé, diagnostiqua une élongation du ligament qui suspend la matrice de ce côté au milieu du bassin, et prescrivit le repos et une application de sangsues. Ces moyens suffirent pour rendre la jeune personne, quinze jours après, à ses occupations et à ses plaisirs habituels. Néanmoins, pendant quelques mois après cet accident, les grands mouvements réveillèrent localement toujours un peu de douleur.

A l'âge de dix-neuf ans, Mme...... fut mariée, et vécut six ans sans avoir d'enfant. A la fin de sa vingt-cinquième année, elle accoucha laborieusement d'un fils. Cet événement fut suivi d'hémorrhagies successives très abondantes, pendant cinq jours, par l'organe qui venait de se délivrer de son fruit; il en résulta un affaiblissement si profond et des indispositions si fréquentes, que la malade fut obligée de garder le lit pendant deux ans sans interruption.

Sept ans plus tard, elle mit au monde un second fils : la délivrance fut moins laborieuse que la première, mais elle avait eu lieu au milieu de souffrances atroces dans la matrice.

Enfin, il y a passé neuf ans, Mme...... devint mère pour la troisième fois. Elle acheta cher ce bonheur, car une inflammation utérine consécutive, et réfractaire au traitement le plus énergique, la tint alitée de nouveau pendant huit mois.

Vers le milieu de 1842, la malade ayant joui d'une santé satisfaisante pendant quelques années, se vit tout à coup plus affligée qu'elle ne l'avait été jusqu'alors : des douleurs au milieu du bassin non interrompues vinrent empoisonner sa vie, et la condamner à rester éternellement couchée, ses souffrances étant gravement et pour longtemps exaspérées par l'attitude assise, la voiture, et surtout par la marche, pendant laquelle Mme.... éprouvait toujours, au bout de quelques pas, la sensation d'un corps qui voulait s'échapper par l'ouverture du canal sexuel.

Découragée par le résultat négatif d'une foule de remèdes dont on avait fait usage, la malade, sur l'avis des médecins, vint chercher des consolations sur les bords de la mer, à Ostende, pendant la saison de 1843. Elle prit avec une admirable constance les bains, mais sans en obtenir le moindre soulagement.

En 1844, pendant l'été, Mme... préféra se faire

conduire aux bains de mer à B... Après quelques bains, elle y éprouva un redoublement de maux si aigus, à la fois à la tête, à l'estomac, au bas-ventre, qu'au commencement de l'hiver, ce ne fut encore qu'avec bien de la peine que, placée sur un brancard et portée à bras d'hommes, elle put être reconduite à son domicile temporaire, à cinq lieues de là.

Le 4 juillet dernier, s'étant de nouveau fait transporter à Ostende, la malade eut recours à nous. Elle nous fit connaître l'historique qui précède, et ajouta que, pendant ces trois dernières années, on avait consulté un grand nombre d'autorités médicales; que toutes avaient émis un avis différent sur la nature du mal, opinant, les uns, que c'était une affection de la moëlle de la colonne vertébrale, une paralysie; les autres, que le mal siégeait dans les intestins; d'aucuns, que c'était une maladie nerveuse, des vapeurs! Tous ces médecins consultés avaient prononcé sans s'être éclairés sur l'état de la matrice par le toucher et le spéculum, à l'exception de deux; encore ceux-ci n'avaient-ils fait qu'un examen incomplet, puisqu'ils s'étaient bornés à toucher la malade sur son lit, exclusivement dans une position horizontale.

Mme..., pour assoupir ses douleurs, a usé de doses incroyables de narcotiques, tant en applications locales que par la voie de l'estomac.

Après ce récit, nous complétâmes, au moyen de

questions et d'investigations directes, le cadre des renseignements propres à établir un diagnostic juste.

Le doigt explorateur, la malade étant couchée, rencontra la matrice à peu près dans une situation normale, et on eût cru cet organe, du reste, complétement sain, si l'examen méthodique n'y avait excité de la douleur; mais nous eûmes l'indispensable précaution de prier la dame de se laisser placer debout. Ceci fut fait non sans bien des difficultés. Pendant ces manœuvres, le doigt sentit la matrice, lourde, descendre à mesure qu'on redressait la patiente. Lorsqu'elle fut tout à fait debout, le col n'était plus qu'à un pouce de l'issue. Nous étant ensuite servi du spéculum, nous conclûmes, de l'ensemble de nos recherches, que tout le mal provenait: d'*un engorgement de la matrice, aggravé d'une descente au second degré, suite d'une inflammation chronique méconnue; que cet état avait sympathiquement développé le désordre dans le jeu vital des voies digestives et de la tête; que le cerveau d'ailleurs recevait trop de sang à cause de l'attitude horizontale forcée depuis trois ans.*

Rapportant au seul dérangement de l'organe de la reproduction les mille douleurs et sensations anormales variées, parmi tout le corps, qui avaient tourmenté et qui tourmentent actuellement, avec plus d'intensité et d'acharnement encore, Mme.....; et attribuant l'impossibilité de marcher au poids extra-

normal de la matrice, laquelle s'abaisse aussitôt qu'on donne à la malade une attitude verticale, et vient ainsi comprimer les nerfs qui, passant par le bassin, vont se distribuer aux membres inférieurs; nous conseillâmes le pessaire contentif de M. Bergeron et des applications de sangsues, à des époques rapprochées, tous les six jours, au col de la matrice. Ces conseils firent une impression peu favorable sur l'esprit de la noble malade; elle nous avoua qu'elle n'y avait aucune foi.

Fortuitement, le prince de la chirurgie allemande, M. D..., se trouvait, à cette époque, momentanément à Ostende pour y prendre les bains de mer. Je proposai de faire les démarches nécessaires pour obtenir une consultation avec cette célébrité européenne et le médecin le plus famé de notre ville, qui jusque-là avait été le médecin traitant de cette dame à Ostende. Cette proposition fut agréée : la consultation eut lieu; mais je n'y fus pas présent, ces messieurs ayant devancé l'heure fixée. Je recueillis de la bouche de la malade le résultat. M. D..., croyant que c'était une affection de la moëlle épinière, avait prescrit des ventouses scarifiées et des cautères profonds autour des vertèbres du bas du dos. Cependant il avait exploré les organes de la reproduction, mais, il est vrai, la malade étant restée couchée.

Basée sur un diagnostic établi après de minutieuses investigations, l'opinion de ce maitre de la science

n'ébranla pas la nôtre, et, le 14 juillet, je parvins à faire entrer ma conviction dans l'esprit de la patiente.

Instantanément j'appliquai le bandage contentif de M. Bergeron (j'avais reçu cet instrument quelques jours avant la consultation). Aussitôt, et comme par magie, Mme ...... se mit debout, se redressa tout à fait, et se promena dans ses appartements, émerveillée de cette subite et heureuse métamorphose.

Le lendemain, nous pratiquâmes la première application de sangsues au col de la matrice, et aujourd'hui, 15 septembre, cette opération ayant été renouvelée dix fois depuis le 15 juillet, les symptômes locaux et éloignés de l'inflammation chronique locale sont presque entièrement dissipés.

A dater du 14 juillet, Mme ...... porte constamment et sans le moindre inconvénient son bandage, sauf la nuit. Tous les jours, après le bain de mer, qui peut maintenant seconder les efforts pour atteindre sa parfaite guérison, on la voit faire de longues promenades à pied, et fréquenter le monde, où elle surprend agréablement bon nombre de ses connaissances, stupéfaites de la voir ainsi au milieu d'elles.

L'instrument contentif de M. Bergeron, remplaçant les pessaires ordinaires, est d'une incontestable utilité, et destiné à rendre d'immenses services dans les descentes de la matrice sans ulcérations. Il est à regretter qu'il soit si rare qu'on puisse l'appliquer

comme on le reçoit. Nous avons été obligé de le modifier considérablement pour l'adapter. Il présente d'ailleurs un vice majeur : la canule d'ivoire qui porte la cuvette et reçoit dans son tuyau l'extrémité vaginale de la tige de fer, laisse échapper, dans certains mouvements, cette extrémité en entier. On conçoit tous les inconvénients qui peuvent résulter de cette dislocation. Parfois cette même extrémité monte et descend alternativement dans le tuyau, et provoque des douleurs aiguës en pinçant vivement les tissus. Ces inconvénients fâcheux, l'expérience nous a appris à les prévenir en liant chaque fois, après l'application de l'instrument, la canule à la tige, au moyen d'un petit ruban de soie.

Que le lecteur veuille bien nous pardonner la longue énumération des circonstances qui ont précédé et accompagné cette maladie. Nous avons jugé que ce fait méritait d'être exposé dans ses moindres détails, afin de faire ressortir dans tout son jour l'impérieuse nécessité d'appliquer le spéculum et d'exercer judicieusement, dans toutes les attitudes, les recherches jugées nécessaires sur les femmes atteintes d'affections analogues de la matrice. Les cruelles souffrances qu'endurent certaines malades, par les erreurs de diagnostic, imposent ce devoir à tout homme de l'art qui veut éviter des regrets amers et s'acquitter avec mérite de sa noble tâche.

Cette observation démontre encore combien il est

dangereux de se baigner dans la mer pour les dames affectées d'engorgements de l'utérus, lorsqu'ils sont actuellement le siége d'une inflammation aiguë, fût-elle même très légère, le mouvement fluxionnaire vers le centre du corps et la matrice durant le bain les exaspérant inévitablement.

Observation II.

Habitant un des riches villages des environs de Charleroi, et venue le 7 juillet à Ostende, Mme de G.... nous fit mander le jour suivant, pour lui donner des conseils, afin qu'elle pût prendre les bains de mer avec fruit, son médecin lui ayant affirmé que ces bains la guériraient.

Mme ...... a 25 ans, le teint jaunâtre, les chairs molles, les cheveux blonds, une constitution lymphatique; sa taille est petite, son humeur heureuse; mais son indisposition l'a rendue triste depuis environ un an. Elle accuse de la douleur aux reins et dans les aines ,une cuisson au fond du canal qui mène à la matrice, qui ne lui laisse pas un moment de repos. Souvent elle éprouve des faiblesses et des tiraillements d'estomac. Ce cortége d'incommodités a été attribué jusqu'à ce jour à des *flueurs* sans lésion patente locale; les écoulements sont abondants, intarissables, et tourmentent Mme... depuis passé deux ans. A dater de l'invasion, le mal a toujours fait des progrès,

nonobstant l'emploi d'un grand nombre de remèdes exécutés avec une religieuse ponctualité.

Soupçonnant bien nous trouver en présence d'une affection que les bains de mer seuls ne pouvaient guérir, je fis comprendre qu'avant de rien promettre, je devais m'assurer de la nature du mal par une investigation locale; mais Mme ......, ayant pleine confiance dans les bains, crut que cet examen n'était point nécessaire. Or, après un mois de cure, n'ayant obtenu aucune amélioration, désespérée, la malade sentit la nécessité de se laisser visiter.

Nous acquîmes bientôt la conviction que Mme G..., prît-elle un nombre infini de bains, quitterait Ostende affligée de son mal comme à son arrivée; car elle était atteinte d'une altération granuleuse, c'est-à-dire, d'une altération à la fois vésiculeuse et boutonneuse de la membrane qui tapisse intérieurement les organes de la génération. Les impressions causées par l'introduction et le déplacement du spéculum sont extrêmement douloureuses. Les pertes en blanc sont purulentes et sortent par flots; leur âcreté endommage l'intégrité de la peau circonvoisine, et entretient localement un insupportable prurit.

Six cautérisations transcurrentes de la membrane malade avec l'azotate d'argent en lingot, pratiquées de trois jours l'un, et des injections fréquentes avec un dissoluté du même remède, triomphèrent complétement de cette affection invétérée. Les bains de

mer, non interrompus durant ce traitement local, favorisèrent beaucoup cet heureux résultat, et furent surtout utiles pour corroborer la guérison.

Observation III.

Envoyée aux bains de mer par son médecin, Mme F.., de V... (en France), âgée de 27 ans, d'une constitution vigoureuse et sanguine, remarquable par sa belle carnation, vint à Ostende, le 15 juin, pour se guérir d'une prétendue fluxion blanche très simple. Depuis son arrivée jusqu'à la fin du mois de juillet, elle se baigna tous les jours avec régularité; mais ce fut infructueusement.

Contrariée, impatiente de se débarrasser d'un mal qui la chagrinait opiniâtrement depuis 10 mois, Mme F... nous consulta. Nos recherches firent constater sur elle un engorgement du segment postérieur du col de la matrice, occasionné par une inflammation chronique, provoquée et entretenue par des rapprochements sexuels trop souvent répétés. Ces phénomènes étant connus, nous rapportâmes facilement à leur véritable origine les vomissements qui empêchaient la dame de voir la société.

Les bains de mer furent donc momentanément abandonnés, et Mme F... consentit à se tenir dans des conditions favorables à la résolution du gonflement. Pendant 14 jours, de jour à autre, on appliqua

à l'endroit malade des sangsues dont les piqûres furent longtemps tenues saignantes, et bientôt l'engorgement se dissipa. Les bains de mer, continués ensuite, détruisirent les derniers vestiges de la fluxion importune.

Les deux observations précédentes confirment la réflexion dont est suivie la première, et doivent engager les médecins des bains de mer et des eaux à s'assurer toujours et indistinctement, par leurs propres sens, de la nature des maladies pour lesquelles on demande leur avis, afin d'empêcher que leurs consultantes ne se soumettent aveuglément à des cures qui peuvent leur être directement nuisibles, ou du moins leur faire perdre un temps précieux, pendant lequel leur mal fait quelquefois des progrès rapides et menaçants.

Observation IV.

Madame la comtesse ......, de Varsovie, s'installe à Ostende le 20 août, et m'honore de sa confiance le lendemain : La consultante est très débile, émaciée; son teint est pâle-jaunâtre; sa figure exprime la souffrance et la fatigue; des douleurs presque continuelles se font sentir dans le bassin, les aines, les flancs et le bas-ventre; c'est à peine si elle peut marcher pendant un quart d'heure; la voiture exaspère le mal; monter ou descendre un escalier l'abat pour

plusieurs heures, et produit une sensation de pesanteur incommode autour du siége; rester longtemps assise ou debout lui est impossible; la plus grande partie de la journée la malade reste étendue sur un canapé; les indigestions sont fréquentes, et il faut force lavements pour obtenir des garde-robes; le sommeil est rare et court; les relations conjugales intimes sont pénibles au point d'être ingénieusement évitées comme un supplice.

Il existe une exaltation extrême de la sensibilité du canal sexuel, qui fait redouter à la malade les investigations locales directes, indispensables. Néanmoins l'appréhension cède à la nécessité : l'introduction du doigt explorateur, faite avec toutes les précautions et ménagements possibles, est difficile, douloureuse, arrache des cris à la malade; le canal se contracte et se resserre convulsivement; le col de la matrice se trouve à trois pouces plus bas qu'à l'état normal, il est rejeté en arrière et à droite tandis que le corps est incliné en avant et à gauche; la consistance et la chaleur du col sont normales, mais son volume est le double de ce qu'il devrait être. A l'aide d'un spéculum de moyenne grandeur, ces données sont trouvées exactes.

Nous eussions dû commencer par dire que la comtesse a 35 ans, que sa constitution primitive est bonne; qu'elle a été réglée et mariée à 15 ans; que les apparitions mensuelles ont toujours été régulières,

faciles et abondantes; enfin que sa santé a été excellente jusqu'en 1843. Vers le milieu de cette année, immédiatement après un rapprochement conjugal naturel qui n'a présenté aucune circonstance particulière, la malade fit une perte de sang considérable par la matrice. A partir de cette époque, elle a éprouvé des accidents qui ont graduellement augmenté et qui aujourd'hui présentent les caractères que nous avons fait connaître. Ajoutons à cette narration que Madame la comtesse n'a jamais eu ni fausse couche, ni enfant.

Les bains chauds préliminaires, les bains dans la mer au milieu des carrés, les douches d'eau salée froide autour du bassin, les irrigations fréquentes et prolongées d'eau amère dans le canal féminin et sur le col de la matrice, quelques applications locales d'une pommade résolutive mêlée à la belladone, l'exercice ménagé à pied, pendant le repos une attitude adaptée au déplacement de la matrice, un régime très tonifiant et l'eau de mer à doses purgatives, produisirent les meilleurs résultats : au bout de deux mois de cure, la guérison fut complète.

Observation V.

Mademoiselle ......, appartenant à une famille très haut placée à St-Pétersbourg, âgée de 18 ans, brune, lymphatique, fortement constituée, jouissant

en été de toutes les conditions hygiéniques souhaitables, mais menant en hiver une vie enfermée et sédentaire, a, sauf quelques irrégularités dans les périodes mensuelles, toujours été favorisée d'une bonne santé, lorsque, sans cause connue, elle fut atteinte pour la première fois, il y a neuf mois, de phénomènes convulsifs et vaporeux. Depuis lors ces accidents nerveux reviennent à peu près tous les jours, et se manifestent avec une durée et une intensité variables à des moments imprévus. Cependant on peut s'attendre à voir immédiatement la scène alarmante après certaines secousses morales, la contrariété, la frayeur produite par la chute d'un corps.

Avant les accès, Mademoiselle ressent dans le ventre, sans pouvoir spécifier la place, une douleur se transformant en boule qui, partant du flanc droit, remonte vers l'estomac, y provoque la sensation d'une constriction pénible, puis saute de là, avec la rapidité de l'éclair, au cou qu'elle resserre au point de simuler la compression d'une main étrangère qui veut l'étouffer.

Dans l'intervalle des accès, la consultante éprouve une lassitude continuelle, une impressionnabilité excessive, des palpitations de cœur fréquentes, de temps en temps de la douleur au creux de l'estomac, des agacements et des impatiences dans les jambes, et il arrive des jours que ces membres lui refusent tout service, et la clouent au fauteuil comme si elle

était paralysée. Son appétit est capricieux, ses digestions sont lourdes et lentes, les garde-robes rares et très compactes ; une pression, même calculée, sur la partie inférieure droite du ventre correspondant à l'ovaire du même côté, produit une légère douleur et reproduit presque toujours la succession phénoménale que nous venons d'exposer. Les médications les plus diverses, et toutes très savamment dirigées par les médecins les plus illustres, ont échoué contre ces bizarreries nerveuses.

Sous l'influence des bains, administrés journellement par surprise aussi avant dans la mer que les conditions de sûreté le permettaient, des affusions à froid sur la tête et la nuque, des douches sur la région où se forme la boule qui ouvre la scène à chaque attaque, des excursions en barquette sur mer, d'une vie très occupée et de l'impression tonique des promenades au bord de l'Océan, l'amélioration marcha à grand pas. La cure, commencée le 20 août et terminée le 10 octobre suivant, eut, à la grande joie de la demoiselle et à la grande satisfaction de ses nobles parents, plein succès.

Observation VI.

A l'ouverture de la saison, je fus mandé par une famille très importante de Moscou, pour ce fait : L'aînée des enfants, âgée de 12 ans, d'une bonne

constitution et parfaitement soignée par sa mère, qui elle-même s'est toujours portée à merveille, commença à pâlir vers la fin de l'année dernière. Rien dans les habitudes de la petite, rien dans son régime, rien dans le jeu des rouages organiques, ne rendait compte de cette pâleur qui allait toujours croissant. Néanmoins on croyait en avoir découvert la cause dans cette particularité, que l'enfant, depuis quelques mois, aimait excessivement la lecture, et que quand quelque livre un peu intéressant lui tombait sous la main, elle ne le quittait point qu'elle ne l'eût dévoré. Mais la défense de cette occupation d'esprit trop assidue n'ayant pas fait revenir sa coloration fraîche, normale, les parents commencèrent à s'inquiéter. Bien que la petite fille elle-même s'aperçut à peine du changement survenu dans sa santé, ils allèrent consulter le Dr Hœdenius, à Dresde, qui prescrivit nos bains de mer.

A mon tour, j'interroge la nature pour trouver le secret : L'appétit est diminué, l'estomac est parfois douloureux et fonctionne capricieusement ; l'embonpoint est resté le même, mais la peau et les membranes qui bordent les ouvertures naturelles sont décolorées; la figure est blanche, mais altérée par un ton mat fixe ; la petite malade se plaint d'un peu de faiblesse, et éprouve, dit-elle, un manque de respiration avec tumulte au cœur, aussitôt qu'elle accélère le pas ou qu'elle monte les escaliers.

Ces indices collectifs me portèrent à conclure que j'étais en présence d'un tout premier début de la maladie connue dans le monde sous le nom de *pâles couleurs*, dont la mer et le fer auraient bien vite triomphé. Notre prévision était fondée : au bout de six semaines de l'emploi raisonné des bains de mer, combiné à l'usage de l'eau de Spa, cette famille russe quitta la côte, bénissant les moyens qui avaient rendu à leur enfant, en si peu de temps, sa brillante santé primitive.

Observation VII.

Vers le 20 juillet, la dame d'un avocat très célèbre de notre pays, douée d'une remarquable santé sous tous les rapports, me fit l'honneur de sa visite pour m'apprendre que Marie ......, la cadette de ses filles, est forte et formée ; qu'il y a un an environ, on a remarqué des vestiges d'une première irruption mensuelle ; que depuis lors on n'a plus rien vu qui eût rapport à ces phénomènes, que sans cause appréciable, il y a sept mois, elle a commencé à éprouver quelques mouvements irréguliers du bras droit ; que les personnes qui l'entouraient, étant loin de soupçonner une affection morbide, l'accusaient de maladresse, et lui adressaient des reproches lorsqu'elle laissait tomber ce qu'elle tenait à la main ; que bientôt les mouvements étaient devenus plus intenses et

avaient envahi le membre inférieur du même côté; que Marie marche en sautillant; que tous les moyens conseillés par les premières capacités médicales sont restés impuissants, et qu'elle espérait bien que l'efficacité des bains d'Ostende, tant de fois éprouvée avec succès, ne faillirait pas dans cette circonstance si pénible pour elle.

Le mobile des démarches personnelles de cette dame était la délicatesse de ses sentiments pour sa fille, en présence de laquelle elle voulait éviter la narration de ces antécédents. Elle me pria alors de l'accompagner pour voir sa jeune malade, et lui être utile dans la sphère du possible. Mademoiselle Marie, en effet, est bien constituée, elle est issue de parents exempts de toute affection nerveuse, et sauf la rareté des garde-robes, sauf quelques accès de migraine passagers et quelques saignements de nez auxquels elle est sujette, nous n'avons rien à ajouter aux renseignements explicites que Madame sa mère vient de nous donner.

Tous les jours, ingestion d'un verre d'eau de mer dans l'estomac à jeun; bains de mer proprement dits à l'exclusion d'autres; douches sur la ligne vertébrale; exercices fréquents et imposés dans les chemins accidentés des dunes; courses prolongées à âne; onctions sur tout le côté droit du corps avec une huile phosphorée; telle est la cure qui a été suivie religieusement pendant sept semaines et à

laquelle Mademoiselle Marie ...... doit d'être parfaitement réglée, et de présenter aux regards des mouvements aussi réguliers que gracieux, et un physique qui fera des jaloux.

Observation VIII.

Ayant eu recours infructueusement pendant l'espace de deux ans, à savoir depuis le commencement de son infirmité, aux grandes notabilités médicales, Madame la baronne de H......, fut adressée en dernier lieu à Ostende, par le célèbre Dr Schœnlein, de Berlin. Le 15 juillet, le lendemain de son arrivée ici, j'eus l'honneur d'être le médecin appelé et recueillis ces détails commémoratifs : La malade est âgée de 21 ans; mariée depuis trois ans, les rapports conjugaux sont restés stériles complétement; son tempérament est sanguin, sa constitution forte et robuste, ses écoulements périodiques sont irréguliers. Elle est née dans le Duché de Posen, et elle a passé ces dix derniers mois à Paris. D'après son aveu, jamais aucun membre de sa famille ne fut atteint de maladie nerveuse; elle est très susceptible et très irritable; à la moindre contrariété, elle se met en colère.

Un soir, il y a deux ans, vers dix heures, se promenant dans le vaste jardin de son habitation de campagne, elle se trouva tout-à-coup en face d'un monstrueux chien noir égaré par là. Saisie d'effroi et

de terreur, elle crut voir un assassin, trembla de tous ses membres, et tomba immédiatement en convulsions. Ce premier accès dura trois heures, pendant lesquelles elle s'écriait sans cesse : *Il est là, près de moi, il va me tuer.* A dater de cette époque, les attaques se renouvellent deux à trois fois par mois. Voici comment elles s'annoncent : à l'improviste, elle est saisie d'un tremblement dans tout le ventre, qui dure environ un quart d'heure, ensuite il lui semble qu'on pince son estomac, puis surviennent des palpitations de cœur tumultueuses, des malaises indéfinissables, des sueurs froides à la figure ; enfin une boule de chaleur monte en *dansant* et en *tremblant* jusqu'au gosier, et l'assassin paraît à ses regards effrayés ; alors elle jette des cris d'angoisse, et les convulsions se déclarent.

Mais le fait capital, c'est que depuis le soir de triste mémoire, Madame est paralysée de tout le côté gauche, et qu'elle ne saurait marcher sans béquilles ; la sensibilité du même côté est considérablement émoussée ; l'œil gauche est peu impressionnable à la lumière, et l'ouïe de l'oreille correspondante est presque nulle ; la narine et la moitié de la langue du côté paralysé sont insensibles aux odeurs et aux saveurs ; la voix est presque éteinte.

En présence de ces circonstances morbides, voici sommairement exposé ce qui a été fait à Ostende, depuis le 15 juillet au 15 septembre : Le temps étant

favorable, nous avons ouvert le traitement par les bains de sable dans les dunes durant un mois ; à ces bains ont succédé après huit jours d'intervalle, les bains de mer proprement dits, interrompus tous les trois jours par un jour de repos intercalaire. Au dernier mois de la cure, les douches froides très fortes et les frictions avec la pommade vératrinée (la vératrine est un remède anti-paralytique excellent dans l'espèce), ont abouti, concurremment avec les autres agents curatifs cités, aux plus brillants résultats. Au jour de ses adieux à la mer, sauf une légère faiblesse de la vision et de l'ouïe à gauche, Madame la baronne ne se rappelle plus de sa triste position, que pour mieux apprécier la valeur de la jouissance d'une santé aujourd'hui presque parfaite.

Observation IX.

Au commencement de septembre, je fus invité à me rendre chez une dame de la Valachie, venue en droite ligne de son pays pour se retremper dans les eaux d'Ostende : C'est une femme de 40 ans, assez bien constituée, grande, aux yeux bruns foncés, aux cheveux gris, au teint très pâle, à la peau basanée et très fine, à la physionomie très expressive, d'embonpoint ordinaire et de tempérament nerveux.

Elle raconte qu'elle s'est mariée à l'âge de 20 ans,

qu'elle est restée sans enfants, et que son mari est mort il y a quinze mois. Étant jeune fille, ses règles venaient régulièrement et normalement chaque mois. Depuis les premiers mois de son mariage, les règles sont précédées ou accompagnées de malaise, de courbature et de douleurs dans le bas-ventre. Néanmoins en touchant la malade, on constate que l'utérus est sain sous tous les rapports.

Elle ajoute qu'à l'âge de 22 ans, il lui est survenu, à la suite d'une vive frayeur, des attaques de nerfs et des phénomènes vaporeux, qui se sont reproduits souvent et qui aujourd'hui se montrent beaucoup plus fréquemment : à peu près tous les cinq à huit jours. Une à deux heures avant la crise, elle éprouve de la pesanteur de tête, des vertiges, des éblouissements et des tintements d'oreilles; il lui survient ensuite, quelques instants avant l'accès, des bâillements et du resserrement à la poitrine. La vue est affaiblie depuis quatre à cinq mois, à ce point qu'elle ne peut lire aujourd'hui sans lorgnon.

La malade fait observer qu'elle ne peut étendre ses mains ni ses bras sans les voir trembler; elle assure que ce malheur qui est venu se joindre à tous les autres, date d'environ un an. Ses forces sont considérablement diminuées. Ses membres, les inférieurs surtout, sont faibles à tel degré qu'elle ne peut marcher quelques minutes sans sentir ses jambes fléchir. Elle a plus d'usage de la main gauche que de la droite

dans laquelle elle est incapable de serrer assez les ustensiles de table pour s'en servir.

Sa démarche est lente, mal assurée, assez semblable à celle d'une personne atteinte de la sciatique; elle s'appuie fortement sur la jambe gauche et porte difficilement la droite en avant. Il lui arrive quelquefois de trébucher sur le chemin le plus uni et de chanceler. Elle se plaint de fourmillements dans les membres et de crampes douloureuses dans les jambes, la nuit.

Bains dans la mer administrés par immersions successives, affusions d'eau salée froide sur la tête, arrosements de même nature sur la colonne vertébrale, douches très fortes sur les membres, alimentation très nutritive, le tout secondé de quelques heures d'exercices obligatoires à pied chaque jour; telle est la médication qui, au bout de six semaines, nous valut de la part de cette dame des compliments flatteurs. Elle partit très satisfaite, avec promesse de venir parachever sa guérison à la saison suivante.

Observation X.

Un étudiant en droit, de Francfort, âgé de 21 ans, d'un tempérament bilieux et nerveux à la fois, à taille élancée, au cou long, aux cheveux et yeux noirs, affecté depuis un an d'une inflammation chronique de l'estomac et des intestins, survenue à la

suite d'excès d'études, se rendit à Ostende le 27 juillet, où il fit usage des bains de mer sans consulter un médecin. Ayant confiance dans ce principe erroné, que plus il séjournerait dans l'eau, plus vite il se rétablirait, il restait dans les bains aussi longtemps que ses forces le lui permettaient; et il persista pendant plusieurs jours dans ce déplorable système. Enfin, voyant que sa maladie empirait d'une manière effrayante, le malade, épouvanté, me consulta le 4 août.

Il se trouvait alors dans l'état suivant : émaciation générale très avancée, abattement, langueur, tristesse; ombrageux, extrêmement irritable, recherchant avec opiniâtreté la solitude; sa langue est rouge, présente sur les bords de petites saillies de la même couleur; l'appétit est nul, la soif médiocre; les digestions sont difficiles et toujours suivies de renvois, de gonflement et de tension pénible à l'estomac. La moindre émotion provoque la diarrhée, de sorte que, vu l'état impressionnable du malade, elle est presque constante. Le pouls est extrêmement faible et bat quelques pulsations de trop. A l'invasion de la maladie, le traitement anti-inflammatoire a été mis en pratique dans toute sa rigidité, et le malade n'a cessé, jusqu'à ce jour, de suivre un régime débilitant; car sa vie avait été mise en danger toutes les fois qu'on avait essayé une alimentation fortifiante.

Nous jugeâmes que l'irritation des voies digestives

en était venue au point où prolonger les affaiblissements, c'est tenir le malade dans un état de débilité fatale d'où on a peine ensuite à le tirer, et qui engendre généralement des maladies nerveuses d'autant plus opiniâtres que le corps a été tenu plus longtemps affaibli. En conséquence, nous donnâmes au malade, pour les bains, une direction telle qu'il en obtînt des effets fortifiants, et nous prescrivîmes des aliments toniques, succulents et analeptiques. Pendant trois semaines, ces conseils furent suivis avec fidélité, mais sans qu'on eût à se réjouir d'une amélioration suffisante. Nous ordonnâmes alors, concurremment avec les bains et le régime fortifiant, le lactate de fer. Quinze jours suffirent pour que M. H... eût à se féliciter d'avoir suivi nos ordonnances. L'affaissement physique avait disparu, l'état de tristesse et d'irritabilité n'existait plus; les agréments de la société, loin d'être évités, furent recherchés; l'embonpoint commença à succéder à l'amaigrissement; la langue acquit un aspect normal; les fonctions digestives n'éprouvèrent plus de dérangement, et la circulation devint régulière. Le 15 septembre, la guérison était complète.

— Nous demandons quel est l'agent médical qui, dans ce cas, a droit à l'honneur de la cure? Sont-ce les bains de mer; ou est-ce le lactate de fer; ou bien tout simplement le changement de régime? Nous croyons, nous, que ce n'est ni l'un ni l'autre de ces

moyens pris à part, mais tous les trois à la fois : c'est-à-dire que, employés isolément, ces remèdes n'eussent produit aucune modification favorable; tandis que, mis en usage conjointement, ils ont amené une guérison qui n'était pas attendue de sitôt.

Et, à cette occasion, déclarons que nous ne partageons pas le préjugé de la plupart de nos confrères, qui croiraient nuire à la réputation des bains de mer par la prescription d'autres remèdes pendant leur usage. Nous conformant au sage précepte : *citò, tutò et jucundè,* nous ordonnons, simultanément avec les bains, des préparations pharmaceutiques toutes les fois que l'indication s'en présente; car nous sommes autorisé, de par les faits acquis, à témoigner qu'annuellement chez maint baigneur les améliorations ne sont si lentes que parce qu'on les abandonne, avec un esprit systématique, à l'usage exclusif des bains. Combien, d'ailleurs, de malades voyons-nous retourner dans leurs foyers non guéris, qui se seraient rétablis si on avait fait usage, chez eux, d'une médication complexe!

Observation XI.

M. X......, architecte distingué très connu en Belgique, âgé de 45 ans, aux cheveux noirs, à la barbe forte, éminemment nerveux, a peine à supporter la voiture pour se faire conduire chez moi le 12 juillet,

se trouvant à Ostende depuis la veille. — Il présente la figure d'un moribond : yeux excavés, sans expression, à demi recouverts par les paupières supérieures; bouche béante, sa couleur se confond avec la couleur pâle, jaunâtre de la face; joues caves, langue large, humectée; paroles extrêmement lentes, phrases interrompues par le besoin de prendre haleine; voix faible, essoufflée, suppliante; peau sèche, rugueuse; pouls à peine sensible, très lent; chairs étonnamment lâches; affreuse maigreur; insomnie invincible; maintien trahissant l'épuisement des forces : la tête est penchée sur la poitrine, et le dos se courbe sous son propre poids. Les organes du ventre semblent avoir abandonné cette cavité, tellement elle est aplatie d'avant en arrière. Des bosselures, au nombre de quatre, molles, fluctuantes, peu douloureuses à la pression, survenues depuis six mois, défigurent le front, le sommet de la tête et le côté droit du cou. La bosselure siégeant au haut du crâne contient du pus. Il y a trois mois qu'une collection morbide d'eau s'est formée dans l'article de chaque genou et dans celui qui joint le pied à la jambe du côté droit. Une détérioration générale de la matière comble le dangereux état dans lequel se trouve le consultant. Ce cortége de fâcheux symptômes s'est déclaré graduellement, à la suite d'une diarrhée chronique, qui actuellement a pris les formes les plus menaçantes, et qui a fait invasion au mois

de février 1844. Malgré les avis et le traitement des médecins les plus renommés, la maladie n'a jamais pu être complétement maîtrisée. Jusqu'à présent, M. X...... a toujours tenu un régime rigoureusement émollient et *féculent*, toute autre nourriture ayant constamment provoqué de l'exaspération.

On a déjà compris que ce n'était qu'en désespoir de cause que le malade avait été envoyé et était venu chercher des secours à Ostende. Certes, nous nous gardâmes bien d'approuver son désir de faire immédiatement usage des bains de mer : perdre du temps, c'était abandonner tout espoir de guérison et laisser succomber le malade par le plus haut degré d'épuisement. Nous prescrivîmes donc de suite contre les déjections alvines, toujours composées en grande partie d'aliments non digérés, un médicament qui nous avait déjà bien souvent réussi dans des cas extrêmes identiques. Il consiste en pilules composées d'acétate de plomb cristallisé et d'extrait d'opium gommeux, parties égales, prises à la dose d'un grain le matin et le soir. Nous conseillâmes pour nourriture le bouillon de bœuf concentré, les œufs battus en neige et les crêmes à la vanille; nous fîmes conduire le patient au bord de la mer, où il eut à passer la plus grande partie de la journée. Le sixième jour de ce traitement, la diarrhée si dangereuse avait cessé. Nous recommandâmes alors au malade, tout en continuant le régime précédent, de mâcher des

viandes de bœuf tendres et peu cuites, et d'en rejeter la fibre. Aux pilules anti-diarrhéiques on substitua la gelée de lichen d'Islande, non privée de son amertume, à la dose de six onces par jour. Nous crûmes aussi le moment propice pour ordonner les bains d'eau de mer chauffée, préparatoires aux bains à la lame. Puis ceux-ci furent tentés, avec toute la circonspection exigée par la gravité du cas, quinze jours après l'arrivée de notre malade.

Le 8 août, M...., émerveillé par le succès, se sentit un bien-être inattendu : ses forces et ses chairs étaient suffisamment revenues pour qu'il pût se promener des heures entières au bord de la mer sans se fatiguer ; son appétit était insatiable, et nonobstant des repas copieux, substantiels, les fonctions digestives ne se dérangèrent plus. Cependant la peau, par son teint pâle et son aspect blafard, témoignant de la persistance de la pauvreté du sang, nous joignîmes les préparations de fer aux moyens déjà mis en usage.

Le 15 septembre, M.... retourna dans ses foyers, constitutionnellement bien rétabli, ne conservant de sa maladie que quelques vestiges locaux au genou et deux petits abcès kysteux à la tête, dernières traces du profond endommagement qui avait atteint tous les tissus de son édifice.

— Comme on a pu s'en convaincre par la lecture de cette observation, c'est toujours avec un admirable

succès qu'on fait usage des bains de mer contre les maladies chroniques du tube gastro-intestinal, mais il faut que le mal ne soit pas parvenu au point où l'économie, radicalement épuisée, ne conserve plus de forces vitales suffisantes pour réagir contre les impressions réfrigérantes des bains du littoral. C'est pourquoi, afin d'éviter des résultats déplorables, avant d'en faire usage, nous avons relevé les forces de M. B… par des moyens que la prudence la plus sévère ne saurait blâmer.

Observation XII.

Voici un fait qui nous a frappé par la promptitude avec laquelle les bains de mer ont produit un succès inespéré : M. K…, de Bruxelles, a une petite fille de 10 ans, qu'il a amenée à Ostende, le 17 juin, pour la guérir d'une maladie qui lui cause, ainsi qu'à toute sa famille, un tourment inexprimable. Déjà vainement on a tenté tous les remèdes et consulté les médecins les plus distingués. Depuis un an, cette enfant pleure, pousse des cris et se lamente d'une manière effrayante, chaque fois que quelqu'un se trouve en sa présence, et surtout quand on veut l'aborder. Elle ne fait aucune exception, ni pour sa mère, ni pour son père, ni pour ses petits frères et sœurs. Les remèdes, les paroles les plus douces, les moyens les plus attrayants, non plus que l'autorité et les menaces

paternelles, ne peuvent rien contre ce malheur, qui attriste péniblement tous ceux qui la voient. Cependant l'enfant est bien développée, sa constitution est bonne, son tempérament est plutôt sanguin que nerveux, elle a une belle carnation, et par les recherches les plus minutieuses et les mieux dirigées, on ne parvient à découvrir aucune lésion appréciable qui puisse rendre compte de cette bizarre anomalie.

Eh bien ! cette singulière affection, cette anthropophobie absolue, récalcitrante aux moyens le plus savamment combinés, et dont nous n'avons rencontré d'exemple nulle part dans notre pratique, ni dans aucun auteur, fut radicalement guérie par quatre bains de mer expressément prescrits et employés à un moment où, orageuse et mugissante, la mer soulevait des vagues gigantesques.

— Cette observation provoque la question de savoir si ce prompt et satisfaisant succès eût été obtenu par le mode d'action des bains de mer par un temps calme ordinaire ? N'est-elle pas plutôt le résultat de la perturbation, de l'ébranlement causé dans tout le système nerveux par l'effrayante émotion d'être plongé dans les vagues, au milieu d'un spectacle si imposant ? Nous sommes porté à admettre cette dernière proposition.

Observation XIII.

L'enfant d'un prince ex-régnant, la petite princesse M..... est âgée de trois ans et trois mois. Depuis sa naissance elle a été exposée aux inconvénients anti-hygiéniques d'un voyage, pour ainsi dire, sans fin. A son arrivée ici, en juillet, son état pitoyable laisse peu d'espoir : atrophie générale ; la chair semble avoir disparu de ses os, la peau est affaiblie et ridée, blême, décolorée ; face maigre, nez effilé, joues rentrantes, menton allongé, dents cariées, yeux noirs, brillants, expressifs, spirituels ; dérangement de l'estomac et des intestins, dévoiement perpétuel de matières nutritives incomplétement digérées, protubérance du ventre, gonflement du foie ; agitation et insomnie ; sueurs nocturnes ; incontinence d'urine. L'esprit est triste, morose ; les traits de la physionomie feraient soupçonner que déjà elle se livre aux méditations sérieuses. La marche est impossible, les mouvements des bras sont très lents.

La première décade, chaque jour faire respirer à l'enfant l'air de la mer pendant une heure le matin, et autant l'après-midi ; gelée de bouillon de bœuf à froid mêlée à de la gelée de lichen d'Islande ; bouillies de sagou et de tapioka alternativement ; petit matelas pour reposer dessus, rempli de fleurs et d'herbes aromatiques et amères, et aux parfums calmants.

La décade suivante, on tient l'enfant toute la journée aux bords des flots amers et dans les dunes, où, à l'abri du vent et parfaitement couverte, on lui administre ses petits repas, et où on la laisse dormir pour qu'elle profite sans interruption de l'action tonifiante de l'air salé.

La troisième décade, on trempe la petite une fois de jour à autre dans la mer avec toutes les mesures de prudence hygiéniques imaginables ; et concurremment avec tous les moyens déjà en usage, nous ordonnons de donner à l'enfant deux cuillerées à café d'huile de foie de morue par jour.

Les vingt derniers jours, on continue l'exécution ponctuelle de toutes les prescriptions et conseils précédents, mais l'on baigne la petite princesse dans la mer tous les jours vers midi, pendant une minute au plus.

Sous l'influence de l'action collective de toutes ces mesures alimentaires, hygiéniques et médicales, nous réalisâmes une transformation si avantageuse et si importante, que M..., que l'on croyait au bout de son existence à son arrivée sur le littoral, put être ramenée par ses parents, assez bien portante pour qu'il fût permis à ceux-ci d'exprimer leur intention de revenir, la saison prochaine, la fortifier encore, à l'air et aux flots de l'Océan à Ostende.

Observation XIV.

M. le comte de F.........., du fond de l'Allemagne, âgé de 45 ans, est atteint d'une maladie qui offre tous les caractères d'une surexcitation du cerveau et de ses annexes, donnant lieu à une foule de sensations douloureuses, tantôt dans les ramifications des nerfs qui se distribuent dans la texture des organes de l'intérieur, tantôt dans celles qui appartiennent aux membres et à la surface du tronc. La lecture, les occupations intellectuelles, une alimentation excitante, le rapprochement conjugal, l'exercice trop soutenu de la vue, la respiration d'odeurs particulières, les bruits aigus, exaspèrent cette affection. Le malade se voit très souvent obligé au repos et à l'isolement, et alors son imagination est travaillée par une foule d'idées et de craintes qui, par leur ensemble, constituent une mélancolie grave.

Depuis plus de deux ans que dure cet état morbide, des soustractions sanguines locales et des révulsifs momentanés ont été parfois employés contre des congestions du sang à la tête.

Cependant la circulation dans les artères et les veines est actuellement assez régulière ; mais la constipation est fréquente, et le sommeil souvent court, agité, et interrompu par des rêves effrayants.

Dans la relation commémorative vérbale, faite par le malade lui-même, nous n'avons rencontré aucun

acte qui pût donner lieu de croire jusqu'ici à une lésion matérielle du cerveau ou de son prolongement dans les vertèbres ; mais nous jugeons qu'il y a imminence d'une irritation inflammatoire de cet organe avec dérangement intellectuel. Déjà on remarque, dans la conversation, de l'incohérence dans les idées et une agitation d'esprit extrême.

Les moyens énergiques auxquels on a eu recours, sous la prescription des plus célèbres sommités médicales, n'ont pu empêcher la maladie de faire des progrès.

Dans cette dangereuse position, M. de F.......... fut conduit par sa famille, le 12 juin, à Ostende, pour chercher secours aux bains de mer : je fus consulté le lendemain.

J'opinai qu'il fallait, dans ce cas, demander à la cure une diversion soutenue de l'esprit et une action tempérante profonde. A cet effet, j'ordonnai de tenir tous les jours le malade dans la mer pendant vingt minutes, debout et immobile, la tête seule hors de l'eau. Pendant ce temps, on pratiquait avec précaution et méthode des arrosements continus d'eau de mer fraîche sur la tête, tombant d'une hauteur de dix centimètres environ, de manière à prévenir le moindre choc et à produire une réfrigération pénétrante du cerveau. Des lavements copieux et nombreux d'eau de mer furent dirigés avec succès contre la constipation, et provoquèrent un retentis-

sement sympathique très avantageux sur le désordre mental. La distraction, la vie occupée de notre plage, et l'influence des petites excursions en mer joignirent leurs bons effets à la vertu de l'ensemble des moyens.

Peu persévérant, le malade, après dix jours de traitement, ne réalisant pas, à son avis, une amélioration suffisante, alla, suivant nos conseils, consulter le premier phrénologue de notre pays. Cette autorité commanda les voyages dans les contrées du midi. Cependant la famille reconduisit le patient à Ostende, et le détermina à continuer la *saison* qu'il y avait commencée. Bientôt l'agitation de l'esprit se calma, le repos et le sommeil eurent lieu suivant la règle de l'état normal, et, au bout de six semaines, une guérison complète couronna nos efforts. Aux fins de concilier toutes les louables intentions, nous insistâmes à notre tour sur l'utilité du voyage dans le midi, et il fut immédiatement entrepris en vue de consolider les heureux effets d'Ostende.

— Ce résultat est immense et témoigne de la valeur des bains de l'Océan, lorsque l'on sait avec discernement tirer parti des ressources qu'ils nous offrent. En effet, d'aussi bonnes suites ne se seraient très vraisemblablement pas manifestées chez notre consultant, si, comme le plus grand nombre des baigneurs malades, il se fût borné à se plonger inconsidérément dans la mer pendant un temps plus

ou moins long. Nous ferons remarquer aussi que dans des cas identiques nous avons vu empirer rapidement le mal, parce que, au lieu de verser méthodiquement de l'eau sur la tête, comme nous venons de l'indiquer, on la lançait sur cette partie, de loin, brusquement et avec violence : on augmente ainsi l'afflux d'une quantité excédante de sang à la tête par la réaction congestive. Il n'est pas moins funeste à ces malades, et à tous ceux chez qui le cerveau pêche par une activité outrée, de recevoir le choc des vagues sur la tête.

Observation XV.

Un monsieur appartenant à la haute aristocratie de Darmstadt, m'envoie son adresse vers la fin du mois d'août. A ma visite dans son appartement, il réclame mes conseils et les soins dont il pourrait avoir besoin pendant sa cure à Ostende.

C'est un homme de 34 ans, d'une constitution originairement robuste. J'apprends que depuis l'âge de dix ans il s'est adonné au vice solitaire, et qu'il a toujours mené une vie très débauchée. A l'âge de 26 ans, il était complétement épuisé; néanmoins, par suite de considérations de famille, il se maria à cette époque. Il chercha alors dans des nourritures réputées spécifiques des forces et des facultés que la nature lui refusait. Par gradation il est devenu

excessivement maigre et faible, c'est à peine si ses jambes peuvent le soutenir ; ses digestions sont très lentes, pénibles ; ses garde-robes très rares, difficiles. Sa figure est constamment pâle. Il éprouve des migraines fréquentes, des vertiges ; ses facultés intellectuelles sont singulièrement baissées, et il a presque perdu la mémoire. Contrairement à son caractère primitif, il est triste, sombre ; il se plaint toujours de froid aux pieds et de frisons sur le trajet de l'épine dorsale ; son irritabilité est telle qu'au moindre bruit il saute et éprouve des convulsions, comme certaines femmes hystériques. Depuis trois ans cet homme subit, nonobstant les précautions les plus intelligentes, des pertes séminales à peu près toutes les nuits.

Inutile de dire que les médications les plus diverses et les plus judicieuses ont échoué jusqu'ici.

L'amélioration a été prompte et le malade a parfaitement guéri dans l'espace de deux mois sous l'administration du traitement complexe qui peut se résumer comme suit : Bains dans la mer à corps nu, doublés de jour à autre durant le deuxième mois du traitement ; introduction dans le gros intestin, au moyen d'un irrigateur ordinaire, d'eau salée fraîche immédiatement avant chaque bain, et retenue, si possible, pendant le séjour dans la mer. Usage d'un lit de paille d'avoine non coupée. Usage simultané d'abord du seigle ergoté, ensuite du lactate de fer,

puis de l'eau de Spa. Régime très fortifiant mais glacé. Défense rigoureuse des excitants alimentaires et des stimulants physiques et moraux de toute nature.



Heureux effets tardifs des bains sur la santé.

Annuellement on constate que les salutaires influences des bains de mer sur le mécanisme organique se prolongent après la saison, et parfois même qu'elles se déclarent seulement plus ou moins de temps après que le baigneur a quitté la mer ; c'est ce que nous appelons les heureux effets tardifs des bains sur la santé.

Ainsi dans les maladies chroniques de très longue durée, que les bains ne parviennent pas à guérir complétement durant leur usage, l'amélioration, déjà évidente pendant le cours et surtout à la fin de la saison, continue manifestement après que la saison a cessé, en vertu d'une sorte d'impulsion curative communiquée par la pratique de la mer à l'économie entière et aux parties souffrantes en particulier ; ou bien l'amélioration est nulle pendant l'emploi des bains et commence exclusivement à leur cessation.

Dans cette dernière circonstance, elle suit non rarement une marche rapidement ascendante.

Mais une qualité importante de la mer, au point de vue qui nous occupe, c'est qu'après avoir débarrassé les enfants de leur maladie actuelle, elle conserve, par ses effets secondaires la vie à beaucoup de ces petits êtres, en neutralisant les prédispositions morbides qui les mettent si souvent en danger.

Signalons que parmi les enfants qui recueillent le plus ample bénéfice des effets tardifs, il faut placer en tête les scrofuleux. Cette particularité dépend de ce que, dans cette maladie, tout l'organisme étant profondément altéré, les bains doivent d'abord modifier toute la constitution. Or, ce travail exige plus ou moins de temps, et l'action de la mer ne peut s'étendre que consécutivement aux localisations morbides.

Quant aux dames, il arrive que celles affectées de certaines maladies de la matrice, quittent les bains, désespérées de ce qu'elles appellent l'insuccès de leur voyage. Cependant, un à deux mois après leur départ, elles sont étonnées que leurs douleurs diminuent, qu'elles marchent avec plus de facilité et moins de fatigue, et que leur état général s'améliore dans les mêmes proportions. Ces fruits, alors en apparence spontanés, doivent être attribués aux effets attardés de la mer.

Une autre particularité, qui se rapproche de la

précédente, mais commune aux deux sexes, est celle qu'on n'atteint souvent le plus haut degré d'amélioration qu'on puisse attendre des bains, dans les maladies de la peau très invétérées et les gonflements articulaires de nature goutteuse, qu'après les avoir cessés depuis un temps assez long.

A ces singularités il faut ajouter que les personnes sujettes aux vapeurs et aux spasmes, simulant les accès les plus légers d'épilepsie, qui ont obtenu peu ou point de succès pendant la cure, ont beaucoup de légitimes motifs pour attendre avec confiance de l'avenir la réalisation de leurs vœux : fréquemment pour elles la mer est lente dans ses résultats.

Ainsi que nous venons de l'énoncer, les éléments maritimes paraissent parfois rester impuissants, d'une manière absolue, pendant tout le temps de leur usage, au point de décourager entièrement les plus confiants, les plus patients. De là vient que les baigneurs de cette catégorie, désespérant du succès consécutif qu'on est en droit de leur promettre, abandonnent la côte mécontents et sceptiques ; mais, l'année suivante, ils y reviennent fidèlement, apportant leur tribut de reconnaissance aux bains chéris ; car, après leur départ, ils sont entrés en possession du bénéfice tardif promis, et sur lequel ils ne voulaient ou n'osaient compter.

L'existence de ce fait, que les bains de mer dans certaines circonstances morbides, reculent discrète-

ment leurs effets préventifs et curatifs à une époque plus ou moins éloignée du moment de leur emploi, n'étonne pas les médecins : aucun n'ignore que c'est là assez souvent le sort des remèdes et des moyens médicaux les plus actifs.



Maladies et cas particuliers où les bains d'Ostende sont nuisibles.

Vouloir faire la longue énumération de toutes les maladies contre lesquelles les bains de mer restent impuissants, ce serait chose plus que fastidieuse ; mais il n'est pas sans importance de tracer le tableau des cas où ces bains, par rapport à l'âge, par rapport aux prédispositions originaires ou accidentelles, et par rapport aux états normaux ou morbides actuels des baigneurs, sont directement nuisibles. Ces cas sont :

1° La classe entière des inflammations aiguës ;

2° La première année de la vie, la vieillesse prématurée ou naturelle, un grand abaissement des forces vitales sous l'influence d'une maladie d'un organe important ;

3° La conception, l'accouchement trop récent, l'allaitement ;

4° L'imminence immédiate de la phthisie pulmonaire, et à plus forte raison l'existence confirmée de cette maladie ;

5° L'accumulation trop rapide du sang dans la texture des principaux viscères, et toutes les circonstances où on a à redouter la suite fâcheuse du refoulement du sang vers le centre, quelque court qu'il puisse être ;

6° La surabondance du sang dans toutes les parties du corps indistinctement, la grande disposition à l'apoplexie, la goutte aiguë, surtout chez les individus à tendance apoplectique ;

7° Les rhumatismes aigus des muscles ou des articles ;

8° Les anévrysmes internes, les maladies matérielles du cœur, l'écoulement actif du sang hors des vaisseaux qui doivent le contenir, les prédispositions aux crachements rouges dépendant d'un afflux local violent du sang, les asthmes dont la cause n'est pas purement nerveuse ;

9° Un relâchementextrême joint à une trop grande susceptibilité de la peau ;

10° Une faiblesse générale profonde, ainsi qu'un épuisement nerveux excessif accompagné d'une impressionnabilité outrée ;

11° Une crainte effroyable de la mer, dans toute

autre maladie que le dérangement de l'intelligence ;

13° Indistinctement toutes les particularités individuelles où l'usage du bain d'eau froide ordinaire est nuisible.



TABLE DES MATIÈRES.

PREMIÈRE PARTIE.

DEUXIÈME PARTIE.

TROISIÈME PARTIE.

QUATRIÈME PARTIE.

CINQUIÈME PARTIE.

FIN DE LA TABLE.

